

SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA
SUBSECRETARIA DE EDUCACION SUPERIOR
E INVESTIGACION CIENTIFICA
DIRECCION GENERAL DE CAPACITACION Y MEJORAMIENTO
PROFESIONAL DEL MAGISTERIO
DIRECCION DE LICENCIATURA PARA MAESTROS EN
SERVICIO
LICENCIATURA EN EDUCACION PRIMARIA
CENTRO DE ESTUDIOS DE LICENCIATURA NUMERO 38



HIGIENE PERSONAL

T E S I S

Que para obtener el título de

LICENCIADO EN EDUCACION PRIMARIA

Presentan:

INFRA AGUILAR CALVILLO 118
JUSTO ARIAS GARCIA 116
J. GUADALUPE ALVARADO HERNANDEZ 119
FELICIANA HERNANDEZ LUNA 117
GUILLERMO LUCIO HERRERA MONTOR 115

*Con cariño y abnegación a nuestros padres,
hijos, hermanos y esposo (a) por quienes
deseamos superarnos.*

*Con afecto a nuestros Maestros Asesores
que supieron conducirnos atinadamente brin-
dándonos el apoyo moral y desinteresado.*

*A los dirigentes Sindicales y Autoridades
Educativas que lucharon por lograr un pel-
daño más para nuestra superación profesio-
nal con agradecimiento y respeto.*

T E M A

HIGIENE PERSONAL

P R O B L E M A

¿ES DETERMINANTE EL HABITO DE LA HIGIENE PERSONAL EN LOS NIÑOS DE LAS ESCUELAS PRIMARIAS DE LA DECIMA ZONA ESCOLAR DE CD. NEZAHUALCOYOTL, PARA LOGRAR UNA ACTITUD POSITIVA EN LA FORMACION INTEGRAL DE SU PERSONALIDAD?

I N D I C E

	<i>Pág.</i>
JUSTIFICACION DEL PROBLEMA	9
HIPOTESIS	10
INTRODUCCION	11
PROLOGO	12

CAPITULO I

ANTECEDENTES HISTORICOS DE LA HIGIENE

1.1. Condición Histórica de la Higiene	13
--	----

CAPITULO II

DEFINICIONES

2.1. Higiene	16
2.2. Higiene Personal	16
2.3. Higiene de la Comunidad	16
2.4. Higiene Escolar	17

CAPITULO III

3.1. Generalidades	18
3.2. Higiene del Cuerpo	19
3.3. Higiene del Vestido	20
3.4. Higiene de la Alimentación	20
3.5. Higiene de la Actividad Físico-Mental	22

CAPITULO IV

4.1.	Origen del Problema en las Escuelas de la Décima Zona Escolar de Ciudad Nezahualcóyotl	24
4.2.	Evolución que ha Sufrido la Higiene en la Décima Zona Escolar	26
4.3.	Relación Medio Escuela	28

CAPITULO V

DESCRIPCION DEL PROBLEMA

5.1.	Motivos que Impiden Practicar Norma Higiénicas	29
5.2.	Medidas Administrativas Tomadas en la Escuela, Tendientes a Corregir Malos Hábitos de Higiene	32
	COMPROBACION DE HIPOTESIS	35
	CONCLUSIONES	36
	PROPOSICIONES	38
	UNIDAD DE TRABAJO A DESARROLLAR EN LAS ESCUELAS PRIMARIAS	39
	ANEXOS	47
	CUESTIONARIO	49
	CUADRO DE CONCENTRACION DE DATOS	50
	BIBLIOGRAFIA	77

JUSTIFICACION DEL PROBLEMA

Consideramos de vital importancia el problema planteado porque durante la práctica y la experiencia obtenida, nos hemos dado cuenta que es un factor determinante en el educando.

Además ha sido muy notorio que debido al descuido del aseo personal, el alumno sufre con frecuencia padecimientos y apatía en todas sus actividades, dando como resultado que se obtenga un bajo rendimiento escolar; somos los maestros los que debemos encontrar las medidas de solución al respecto.

La Escuela Primaria es una Institución eminentemente social y tiene en sus manos la formación de una nueva generación de la que depende el futuro de un pueblo el cual solo se podrá crear en base a una niñez sana, de firme carácter y personalidad definida.

HIPOTESIS

El alumno al educarse adecuadamente en el hábito de la higiene personal durante su estancia en la escuela primaria, adquirirá una actitud positiva en la formación integral de su personalidad.

OBJETIVOS

GENERAL

1. Determinar las causas que motivan la falta de higiene en los alumnos.

PARTICULAR

- 1.1. Al finalizar nuestro trabajo, se demostrará que la higiene es un factor importantísimo para la integración física, mental y moral del educando.

ESPECIFICOS

- 1.1. Conocer la importancia de la higiene personal.
- 1.2. Conocer las normas de la higiene de la escuela primaria.
- 1.3. Investigar el origen del problema.
- 1.4. Conocer las causas que motivaron el tipo de higiene que practican.
- 1.5. Concluir las causas principales que originan el problema de la higiene personal.
- 1.6. Proponer las medidas adecuadas a seguir, aplicadas en la higiene personal de los alumnos de la Décima Zona Escolar en Cd. Nezahualcoyotl.

I N T R O D U C C I O N

El inicio de el estudio sobre Higiene no es precisamente un tema nuevo en la vida de la Escuela Primaria, pues desde tiempos muy remotos se ha visto la importancia que ésta tiene con relación al niño, la escuela y la comunidad.

El estudio científico de la Higiene ha sido un fenómeno en cierta forma reciente, pues en un principio la enseñanza de la higiene era parte de las asignaturas para el aprendizaje de la medicina, y en la escuela primaria sólo se daban principios aislados referentes a la conducta para evitar enfermedades, y aunque éste sólo es un aspecto de la Higiene no lo es todo, ya que cada persona en sus ocupaciones tiene reglas y medios apropiados.

Esta ha sido la preocupación constante durante el ejercicio de nuestra labor docente, creemos que la base para un buen aprovechamiento y un desarrollo integral, está basado en un completo estado de salud.

La enseñanza de la Higiene Personal es necesaria en la Escuela Primaria y en el hogar porque sólo con la salud física y mental de los alumnos evitaremos problemas de rendimiento escolar que con frecuencia se nos presentan en nuestras actividades educativas.

Motivados por los conceptos anteriores es nuestra intención crear un incentivo a seguir por nuestros compañeros de labores en especial a todos los que desarrollamos nuestro trabajo en un medio tan escabroso como es Cd. Nezahualcóyotl, que necesita de maestros que encausen labores de reinvidicación entre los habitantes.

Esperamos que las proposiciones y conclusiones de este trabajo aporten un estímulo más a la iniciativa, creatividad y profesionalismo de quienes de una u otra forma tienen que ver con la formación de la niñez de nuestro pueblo.

P R O L O G O

La higiene es uno de los factores principales que todo individuo debe practicar tomando en cuenta que es la base de la salud y bienestar social, por tanto, debe ocupar dentro de la Educación Primaria un papel muy importante, considerando que después del hogar, es la escuela quien tiene la responsabilidad de velar por el futuro de el niño.

Si deseamos formar hombres sanos de cuerpo y mente, no debemos olvidar que solo lo lograremos inculcando en el niño hábitos de higiene tanto físico como mental, por que cuando logremos concientizar al alumno de la importancia que la higiene tiene para su salud, habremos alcanzado no solo la formación de niños sanos, sino un mejor aprendizaje que tenderá a lograr mejores hombres capaces de enfrentarse a la resolución de sus problemas sin temores y con la convicción del triunfo, dando como resultado hombres íntegros que son los que necesita nuestra Patria para su progreso y su engrandecimiento.

El presente trabajo tiene como finalidad encontrar los medios para solucionar el problema que se expone y comprobar hasta que punto es necesario dedicar más atención a la higiene personal.

C A P I T U L O I

1. ANTECEDENTES HISTORICOS DE LA HIGIENE

1.1. *Condición Histórica de la Higiene.*

“Desde tiempos muy remotos, el hombre ha tenido constante preocupación para resolver el problema de la higiene, pues ya la Biblia, el Talmud, el Corán, el Rig-Veda, etc., contenían reglas higiénicas que figuran en otros libros religiosos”.¹

El hombre se interesaba por conservar la salud para el bienestar humano, los antiguos griegos, rendían culto a Higia, (Diosa de la Salud) y a Esculapio (Dios de la Medicina).

Los primitivos mexicanos veneraban a Tocihuatl (Dios de la Medicina). En la época Prehispánica entre los Mexicas la educación de la niñez y la juventud estuvo en manos del Estado, dándose gran atención a la capacidad física y al adiestramiento para la vida diaria, el baño se acostumbraba diariamente y lo realizaban en las lagunas, canales o acequias o bien en estanques apropiados existiendo además el Temazcal, que era el baño de vapor con fines de aseo terapéutico o ritual.

Más adelante la higiene constituyó la llamada Medicina Pública, el adelanto en el conocimiento de las infecciones permitió el modo de evitarlas, a partir de entonces surgen figuras que por sus descubrimientos ocupan un lugar de privilegio en la Historia de la Medicina, como Pasteur, Berhing, Yersin, Roberto Kochk, Grassi, etc.

Burguestein dice que existen estudios muy antiguos relacionados

1. SOLA Mendoza Juan “Higiene Escolar”, Edit. Trillas, México 1977. Pág. 16.

con la higiene de la escuela. Se considera como fundador a Pedro Frank quien publica en 1870 la obra "Sistema de un Policía Médica Completa" en la que se habla del peligro de una tensión prematura en la mente infantil, sobre las condiciones higiénicas del Edificio Escolar.

Después surge la necesidad de la vigilancia sanitaria del escolar, en 1830 y 1842 fueron publicados interesantes trabajos para proteger la salud de los escolares y así en 1874 en Bruselas se crea la Institución Médica Escolar más antigua de Europa, esta Institución acuerda registra en forma gráfica el estado sanitario del niño, naciendo en esta forma la ficha escolar. Más tarde en 1894 se crea en los Estados Unidos, en Boston, la Inspección Médica de las Escuelas; en 1906 en Francia y en 1904 en Cartagena España, se constituye el Carnet Escolar y en este mismo año, por decreto real se dispone que mensualmente un Inspector Municipal de Sanidad haga una visita en las escuelas públicas y privadas, posteriormente en 1908 Inglaterra implanta obligatoriamente la Inspección Médica Escolar.

En México durante el gobierno del General Porfirio Díaz, el Consejo de Salubridad organizó una lucha contra el tifo en la capital, en las costas del golfo y en Mazatlán donde se conoció con los nombres de fiebre amarilla y peste bubónica respectivamente, además el Médico Don Angeles Carpio se encargó de la casa de cuna. También aparecen disposiciones del Gobierno para preservar a la niñez de las viruelas. Sin embargo, las ideas de la Higiene Escolar aparecen en el Congreso Higiénico Pedagógico, que se inauguró en la Ciudad de México el 21 de Enero de 1882, en donde se planteó lo siguiente:

- “1o.—Condición Higiénica de los locales Escolares.
- 2o.—Mejor modelo de muebles escolares.
- 3o.—Requisitos indispensables de los libros de texto y demás útiles escolares.
- 4o.—Método de enseñanza que no comprometa la salud de los escolares.
- 6o.—Precauciones para evitar la transmisión de enfermedades contagiosas”.²

Más tarde se volvió a estudiar este Congreso y se llegaron a tomar algunas conclusiones tales como: las clases de gimnasia, los tra-

2. Folleto de la S.E.P., 1970.

bajos manuales y de jardinería en el Programa Escolar; para recibir alumnos éstos debían estar vacunados y no padecer enfermedades contagiosas.

El 1910, fue presentada una iniciativa para que México participara en el Tercer Congreso de Higiene Escolar en París. Posteriormente se fundó el Departamento de Psicopedagogía e Higiene y el Departamento de Higiene Escolar.

Los datos anteriores enmarcan las etapas básicas por las que ha atravesado la Higiene Escolar. A partir de su nacimiento podemos apreciar que su evolución, como es natural tiende a su expansión y perfeccionamiento, la Educación Higiénica de las masas se afirma cada vez más y los prejuicios van siendo sustituidos por sanas ideas y buenas costumbres, sobre Higiene Personal y Colectiva, en la actualidad se cuentan con Instituciones Gubernamentales encargadas de la asistencia social del niño y de la comunidad, mas sin embargo, estos servicios no son suficientes debido al alto índice de población escolar.

CAPITULO II

2. DEFINICIONES

2.1. HIGIENE

“Es la ciencia de la salud que dicta reglas e implica una disciplina tendiente a la preservación de las enfermedades, manteniendo así el buen estado físico y mental del individuo”.³

2.2. HIGIENE PERSONAL

“Es el estudio de los preceptos higiénicos que debe tener en cuenta cada individuo, de acuerdo a su edad, sexo, ocupaciones de la región geográfica y del medio social que habita”.⁴

2.3. HIGIENE DE LA COMUNIDAD

Se entiende por Higiene de la Comunidad a las actividades y recursos de que se vale el hombre para conservar y mejorar la salud integral de un grupo humano, con la finalidad de que cada individuo satisfaga sus necesidades biológicas, sociales, culturales y económicas.

Las normas que establece la Higiene de la Comunidad, tendiente a prevenir y conservar la salud de todo un núcleo de población, ha creado instituciones que planean y desarrollan programas que abarcan todos los aspectos de la Salud Pública.

3. SOLA Mendoza Juan “Higiene Escolar”, Edit. Trilla, México 1977. Pág. 13.

4. RAMIREZ Rodríguez Roque “Higiene Escolar”, I.F.C.M. México 1961.

El concepto de Higiene de la Comunidad fue elaborado por los Sustentantes debido a que no se encontró una definición satisfactoria.

2.4. HIGIENE ESCOLAR

“La Higiene Escolar es una disciplina científica médico-pedagógica, con métodos propios, de proyecciones individuales y sociales, cuyas funciones son cuidar y mejorar la salud física, mental y moral del educando, del personal escolar y del ambiente en que se desenvuelve, para obtener un mejor aprovechamiento de las enseñanzas, una mayor adaptación al medio y la creación de hábitos higiénicos y de una conciencia sanitaria de los escolares”.⁵

La higiene escolar estudia la salud del niño desde el punto de vista de la educación y es deber de los adultos reemplazar la inesperienza de los niños por el cuidado intensivo para protegerlo, utilizando los recursos disponibles y crear a su alrededor un medio favorable y un desarrollo pleno.

Entre sus objetivos principales tiene la misión de vigilar la salud de los escolares, estudiar sus capacidades físicas, mentales y morales, la enseñanza teórico-práctica de las normas de prevención, de riesgos y enfermedades a que se encuentran expuestos por los agentes del medio ambiente.

Así pues la Higiene Escolar debe crear una conciencia sanitaria, en todos los que colaboramos en la educación de los niños, somos los maestros quienes debemos implantar las bases para las obligaciones en materias higiénicas dentro de la escuela.

5. SOLA Mendoza Juan “Higiene Escolar” Edit. Trillas, México 1977. Pág. 60.

CAPITULO III

IMPORTANCIA DE LA HIGIENE PERSONAL

3.1. GENERALIDADES

Considerando que la salud es un don preciado, es necesario conocer la importancia que la Higiene tiene en relación con ésta, para poder alcanzarla.

La higiene en la vida individual y social del hombre es indispensable, ya que a través de ella se logra que los seres se desarrollen sanos y fuertes y por tanto más positivos al medio en que se desenvuelven.

Cuando se haya logrado hacer conciencia en las personas que deben aplicar acertadamente las reglas higiénicas se habrá conseguido un mejor desarrollo de capacidades y lógicamente más productividad en las actividades. Como lo dijera el adagio griego "Mente sana en cuerpo sano".

Es por eso que la escuela se ha preocupado porque el niño conozca y lleve a la práctica normas higiénicas que le ayuden a su integración física, mental y moral.

La higiene abarca muchos aspectos que desde luego todos son de vital importancia en el individuo, pero esta vez enfocaremos nuestro trabajo en la Higiene Personal o Individual, la cual se subdivide en los siguientes aspectos:

- a) Higiene del cuerpo.
- b) Higiene del vestido.

- c) Higiene de la alimentación.
- d) Higiene de la actividad físico-mental.

Anexo en la Pág. Núm. 48.

3.2. HIGIENE DEL CUERPO

La infancia es una etapa de la vida del hombre que se encuentra en un proceso constante de desarrollo y crecimiento, por lo tanto son fundamentales los hábitos de la higiene personal que el niño adquiera. La actividad educativa en esta etapa debe ser un motivo de atención especial en el hogar, la escuela y la comunidad.

Conceptos de Higiene del Cuerpo:

Una higiene del cuerpo eficiente, contribuirá a formar niños sanos y aptos para el desarrollo de sus actividades.

La epidermis elimina de nuestro cuerpo a través de sus poros el sudor, que no es otra cosa que secreciones disueltas en agua, pero que son sustancias perjudiciales que deben desecharse. Debido a que nuestra piel está en contacto con agentes del medio ambiente, los poros se cierran impidiendo realizar su funcionamiento, es necesario asear nuestro cuerpo diariamente mediante el baño. Se conocen varias clases de baños como el de regadera, de mar, de tina, etc., éstos deben realizarse de acuerdo a las necesidades económicas del medio en que vive el niño, el baño de regadera con agua tibia es el más recomendable tanto por sus condiciones higiénicas como económicas.

Los baños de mar y de alberca no son higiénicos, sólo sirven de placer y para practicar deporte, así como para recibir rayos de sol en nuestro cuerpo que son muy beneficiosos para la salud, es aconsejable aplicar gotas desinfectantes en los ojos después de salir del agua.

El uso de piscina para el baño, no es recomendable porque se pueden adquirir contagios en la piel, vista, oído, etc., además del baño diario es conveniente asear con frecuencia otras partes del cuerpo como:

- a) Las manos, extremidades a quienes se debe aplicar especial atención higiénica, tomando en cuenta que por su conducto podemos introducir a la boca gérmenes patógenos, por lo que es recomendable asearlas con agua y jabón antes de tomar alimentos y después de ir al baño, así mismo erradicar malos hábitos como frotar los ojos y oídos, introducir los dedos a la boca, pues regularmente nuestras manos están contaminadas. Debemos cuidar

también que el niño acostumbre recortar y limpiar sus uñas ya que dentro de ellas se acumulan microbios.

- b) El cabello, es indispensable cuidarlo y asearlo debidamente, evitando que sea invadido de parásitos que son perjudiciales a la salud, pues extraen la sangre de las personas para alimentarse causando agotamiento y produciendo temperatura, además el piojo blanco causa enfermedades como el tifo.
- c) La boca, por su conducto ingerimos los alimentos y que dentro de ella existen diversos microorganismos que se nutren con los residuos de alimento que quedan dentro de los dientes dando como resultado fermentaciones que producen mal aliento y destruyen el esmalte (materia que protege a los dientes), causando caries que de no atenderlas provocan la pérdida de piezas dentales ocasionando la mala masticación de los alimentos, y por consiguiente enfermedades estomacales, por eso es necesario que los dientes se asean con cepillo y dentríficos adecuados, después de tomar los alimentos y principalmente antes de dormir, ya que es durante la noche cuando las bacterias ejercen su acción destructora, es conveniente que se instruya al niño en el aseo correcto de la dentadura.

3.3. HIGIENE DEL VESTIDO

Estas normas higiénicas consisten en que la indumentaria que utilizamos al vestirnos sea adecuada para el mantenimiento de una buena salud utilizándose de acuerdo con el lugar en que el niño viva, conforme a su edad y actividades, ya que de esa manera el vestido cumplirá con el propósito de cubrir al organismo de los fenómenos causados por el medio que pueden ser perjudicial a su salud. (Clima, polvo, cambio del medio ambiente).

El hábito del uso del pañuelo es un factor de suma importancia, ya que su empleo permanente ayuda a eliminar los gérmenes patógenos que son expulsados en las secreciones del cuerpo, así como desechan las sustancias que se adhieren a la piel en el contacto con el medio ambiente. Es necesario indicar que es una prenda de uso personal así como el peine y el cepillo de dientes, objetos que no se deben prestar porque hay riesgo de contagios de enfermedades.

3.4. HIGIENE DE LA ALIMENTACION

Es importante la limpieza de los alimentos que se ingieren diariamente para nutrir nuestro cuerpo, porque evita que por su conducto

se trasladen al interior organismos microscópicos que puedan alterar o enfermar el funcionamiento de los órganos.

La alimentación debe seguir normas higiénicas, ya gracias a ella el cuerpo adquiere las fuerzas necesarias para alcanzar el máximo y exitoso desempeño de las actividades a realizar, manteniéndolo en estado de salud física, mental social.

Es evidente que la alimentación se debe tomar con gusto y tranquilidad para un satisfactorio funcionamiento de los órganos digestivos.

La alimentación es la portadora de sustancias energéticas que nutren el organismo de la indispensable para su subsistencia y funcionamiento de todos sus aparatos que lo forman.

Una alimentación rica en vitaminas, proteínas, azúcares y ácidos grasos es de mucha recomendación, principalmente en quienes están en las primeras etapas de su desarrollo, claro es que un niño de alimentación deficiente está propenso a padecer enfermedades graves que pueden ocasionar la muerte, así mismo desarrollará un cuerpo raquíptico, débil, esperándose de él resultados de bajísimos rendimientos, de poca utilidad tanto individual como para la sociedad de la que forma parte.

Es claro constatar que debe tomarse en cuenta que para una buena asimilación de los alimentos, es importante tener un horario para realizar dicha necesidad ya que esto ayuda a mantener el buen funcionamiento del organismo.

En relación con la cantidad de alimentos que ingerimos diariamente hay que tomar en cuenta las siguientes características que son: calidad, cantidad y conservación, ya que de ello depende el buen aprovechamiento funcional y nutritivo del aparato digestivo, para beneficio de los demás órganos del cuerpo humano.

Es conveniente aclarar que no se debe abusar más de lo normal de los alimentos que se consumen, para evitar desequilibrios en el funcionamiento del aparato digestivo.

Entre las principales normas a seguir para una buena conservación de la salud se encuentran las siguientes:

a) Una buena masticación para que los jugos digestivos actúen con mayor eficiencia en la transformación de los alimentos en sustancias digeribles.

b) Tomar los alimentos en horas establecidas.

c) Los alimentos deben tener el mínimo de condimentos y especias, para evitar la irritación de las mucosas gástricas e intestinales.

d) Evitar trabajos físicos o mentales y agotadores después de consumir la alimentación.

e) No permitir las emociones desagradables después de la comida, ya que esto altera la secreción de los jugos gástricos, dificultando la digestión.

f) Desechar a horas fijas las sustancias alimenticias no asimiladas.

3.5. HIGIENE DE LA ACTIVIDAD FISICO-MENTAL

Ambas actividades se encuentran íntimamente ligadas una a la otra, ya que juntas tienden a conservar la salud del Sistema Nervioso y de la Mente.

La Higiene Física conduce a formar hábitos de limpieza parcial y total del cuerpo humano. Por medio del ejercicio físico, el niño encuentra un pleno desarrollo orgánico y una cantidad de energías que canaliza en actividades físicas; debe estimularse por medio de la gimnasia, teniendo en cuenta varias características como: la edad, el sexo, el estado general de nutrición, etc., entre las actividades principales se pueden aplicar los juegos organizados, deportes, juegos al aire libre y teniendo siempre presente que éstos sean agradables, variados y ejecutados con moderación, que solo produzcan cansancio ligero, ya que las formas violentas son perjudiciales, pues agotan la energía y fatigan la mente; otra de las ventajas de esta actividad es que contribuye al desarrollo muscular que forma parte del desarrollo armónico del niño. El ejercicio favorece al apetito y estimula la digestión, emplea tiempos desocupados, alejándolos de los vicios que puedan adquirir en los ratos de ocio.

La Higiene Mental es un medio para lograr la salud mental. "Entre sus finalidades tenemos las siguientes:

a) Prevenir los trastornos mentales mediante la comprensión de las relaciones que existen entre el desarrollo de una personalidad saludable y la experiencia de la vida.

b) Eliminar las circunstancias que impiden el logro de la salud mental.

c) Disminuir el impacto de aquellas dificultades que no pueden evitarse".⁶

La Higiene Mental también contribuye a una adaptación adecuada al medio social del que forma parte el niño.

La escuela debe brindar al educando un clima de confianza y tranquilidad, libre de tensiones emocionales, y deben existir relaciones óptimas entre alumnos y maestros.

"La Higiene Mental en la escuela primaria depende mucho de la actitud del maestro, ya que es él quien influye directamente en la conducta del niño por ejemplo: en la forma de hacer las preguntas, actitudes ante los alumnos en la clase, etc., jamás debe recurrirse a situaciones denigrantes como el miedo, el ridículo y la humillación".⁷

El maestro es uno de los factores principales en la formación de la personalidad del educando, debe ser guía en quien pueda confiar el niño, la escuela debe ser el medio donde el alumno se sienta a gusto, feliz de asistir a ella, libre de tensiones emocionales que lo perjudiquen.

La tensión mental se puede reducir por medio del deporte, ya que esto produce un descanso psíquico, el movimiento general al aire libre y las caminatas, excelentes sedantes para las tensiones nerviosas a que se encuentra el niño expuesto en la actualidad.

Podemos concluir que todas estas actividades tienen como objetivo principal lograr el máximo estado de salud en el educando. La O.M.S. la define "Como un estado de completo bienestar físico, mental y social"⁸ y considera que "El goce del grado máximo de salud es uno de los derechos fundamentales de todo ser humano".⁹

6. SANCHEZ Hidalgo Efraín "Psicología Educativa", Universidad de Puerto Rico 1969.

7. SANCHEZ Hidalgo Efraín "Psicología Educativa", Universidad de Puerto Rico 1969.

8. BATALLA Z. Ma. Agustina. Edit. Oasis, México 1970.

9. Idem.

CAPITULO IV

4.1. ORIGEN DEL PROBLEMA EN LAS ESCUELAS DE LA DECIMA ZONA ESCOLAR DE CD. NEZAHUALCOYOTL

La Décima Zona Escolar del Valle de México, se encuentra ubicada en las colonias Estado de México y Virgencitas, pertenecientes al Municipio de Cd. Nezahualcóyotl, la integran las escuelas “Guadalupe Victoria”, “Isidro Fabela”, “Benemérito de las Américas”, “Miguel Hidalgo”, y “Ricardo Flores Magón”.

Cada una de estas escuelas, funciona con turno matutino y vespertino, teniendo como cabecera de Zona la escuela “Benemérito de las Américas”.

Las colonias Estado de México y Virgencitas, como todas las colonias de Cd. Nezahualcóyotl, fueron fundadas en situaciones totalmente insalubres, careciendo de todos los servicios, siendo esto causa de muchas penurias para sus habitantes.

INFLUENCIA DE LA HIGIENE PUBLICA SOBRE LA HIGIENE PERSONAL

AGUA POTABLE.—La falta de este servicio origina que las personas tengan que adquirirla; desde lugares distantes, situación incómoda, ya que el trayecto a recorrer era difícil por la estructura del terreno fangoso, y como consecuencia las personas al no disponer de agua suficiente, se privaban del aseo del cuerpo, vestido, así como del aseo de su casa y utensilios del hogar.

DRENAJE.—La falta de este servicio originaba que en la época de lluvias se inundaran las calles haciéndolas intransitables y formando focos de infección debido a la naturaleza del terreno, que provoca-

ba la proliferación de insectos de diferentes especies transmisores de enfermedades y molestias a los habitantes.

Dentro del hogar la falta de este servicio originaba el encharcamiento del agua en el patio, así como la falta de servicios sanitarios que se tenían que improvisar mediante fosas sépticas construidas sin las técnicas adecuadas y en algunos casos con desagüe hacia las calles, situación que originaba acumulación de materias fecales que producían gran cantidad de microbios ocasionando serios trastornos en la salud de los habitantes.

SERVICIO DE LIMPIA.—Es uno de los servicios de suma importancia del que se carecía en su totalidad, formando enormes basureros en las calles y principalmente en los lotes baldíos que entonces eran muchos, situación que se hacia cada vez más grave con el paso del tiempo debido al aumento demográfico, además a un lado de las colonias ya mencionadas existían depósitos de basura, no solo de esas colonias, sino de otros lugares cercanos y aún del Distrito Federal.

La gravedad del problema estribaba en que en estos lugares contaminados eran sitios frecuentados por los niños que los utilizaban como lugares de recreo.

MERCADOS.—Ambas colonias carecían en un principio de este servicio en donde pudieran comprar los alimentos de consumo, por lo que tenían que adquirirlos en tianguis y por lo consiguiente estos alimentos se encontraban en completo estado de contaminación, en algunos casos los adquirían en lugares distantes teniendo que caminar grandes trayectos por no existir medio de transporte.

ELECTRICIDAD.—Este es otro servicio muy importante, ya que en un principio era muy deficiente debido a que la luz no tenía el voltaje requerido y en consecuencia la iluminación era deficiente, perjudicando directamente a los escolares, ya que al realizar sus trabajos forzaban demasiado la vista.

La carencia de estos servicios repercutía en las escuelas de modo que los alumnos reflejan en su aprovechamiento todas estas deficiencias, pues con mucha frecuencia se notaba el ausentismo de los escolares debido a las múltiples enfermedades, siendo las más frecuentes las gastrointestinales, parasitosis, etc., esta situación provocaba un bajo rendimiento en los alumnos.

SERVICIOS DE SALUBRIDAD.—Todo lo antes mencionado se hacía más grave debido a que no se contaba con ningún servicio médico asistencial y en consecuencia los habitantes carecían de la información necesaria para practicar las medidas higiénicas recomendables para la conservación de la salud.

4.2. EVOLUCION QUE HA SUFRIDO LA HIGIENE EN LA DECIMA ZONA ESCOLAR.

A medida que la población de ambas colonias fue aumentando los problemas antes mencionados se fueron aprovechando origen a que las Autoridades Estatales y Municipales, presionados por los habitantes, organizados en comités de colonos, se abocaron a la resolución de dichos problemas.

Se comenzó por introducir el agua potable, éste servicio no llena aún las condiciones higiénicas necesarias, ya que el agua no es totalmente potable y además escasea con mucha frecuencia, su adquisición en muchos casos es a base de cisternas debido a que la instalación de la tubería se encuentra entre un metro y dos bajo la superficie y sin la presión requerida, causa por la cual en la actualidad en la mayoría de los hogares carecen de baño de regadera o tina. (Ver anexo en pág. 52).

Posteriormente se introdujo la luz eléctrica y el drenaje, aunque este último no evita los encharcamientos en época de lluvias por que la mayoría de las calles aún no están pavimentadas y por consiguiente los focos de infección antes mencionados aunque en menor escala siguen existiendo y propiciando enfermedades que representan una amenaza constante para la salud. (Ver. anexo en pág. 53).

De algunos años a la fecha las Autoridades Municipales se han preocupado por la recolección de basura, pero este servicio es muy deficiente ya que solo recogen la de los basureros más grandes. En las escuelas pasan a recogerla dos veces por semana.

En la actualidad el basurero que se encontraba a un lado de las colonias a desaparecido transformándose en campos deportivos aunque no son suficientes para una población tan grande.

El aumento demográfico trajo consigo la necesidad de crear mercados, existiendo en la actualidad tres en las dos colonias, que no llenan las condiciones sanitarias más indispensables. (Ver anexo pág. 54). Las autoridades han prometido la remodelación de estos sin que hasta la fecha se haya realizado, por este motivo, "La mayoría de los mercados se encuentran en pésimas condiciones de funcionamiento, en los cuales en lugar de parecer mercados parecen chiqueros por la cantidad de lodo que hay en los mismos", según declaraciones de los propios locatarios.¹⁰

10. Diario de Nezahualcóyotl. Federico Bracamontes.—Cd. Nezahualcóyotl, Méx., 27 de julio de 1978.

El 1o. de marzo de 1975 se fundó el Centro de Salud en la colonia Estado de México que atiende una población correspondiente a 20 colonias de Cd. Nezahualcoyotl, prestando los servicios siguientes:

- a) Consulta General.
- b) Farmacia.
- c) Odontología.
- d) Pediatría.
- e) Gineco-obstetricia.
- f) Control pre-natal.
- g) Planeación familiar.

Las campañas que se realizan en la actualidad son:

Vacunación Simultánea, Difteria, Tosferina, Tétanos, Tuberculosis, Poliomeilitis y Sarampión.

Los casos que más se atienden y que nos muestran la frecuencia de las enfermedades en la colonia son:

En primer lugar enfermedades dentales con 2446 casos anuales, en segundo lugar infecciones de las vías respiratorias con 1431 casos anuales, en tercer lugar Mentiiasis Intestinal (Parasitosis) con 350 casos.

Los programas intensivos que se realizan son:

- a) Antirrábico.
- b) Tuberculosis.
- c) Enfermedades Venéreas.
- d) Planificación Familiar.
- e) Fiebre Reumática.

Los Centros de Salud que funcionan en Cd. Nezayualcóyotl son 7 y atienden una población de más de dos millones de habitantes.

Se cuenta también con una Institución dependiente de la U.N.A.M. bajo la dirección de Médicos titulados e integrada por personal pasante de la mencionada universidad, los servicios que prestan son: Medicina General, psicología y odontología, siendo estos de gran valor, para la situación que obstaculiza este lugar.

4.3. RELACION MEDIO ESCUELA

Después de conocer el medio en donde se encuentra esta Zona Escolar podemos darnos cuenta de la crítica situación en que viven los alumnos de esta Zona, por eso creimos conveniente mencionar la influencia de la Higiene de la Comunidad con la Higiene Personal, para así comprender con mayor claridad la relación medio escuela.

Los maestros deben estar constantemente en contacto con padres de familia y personas de la comunidad, con el fin de vigilar los aspectos nocivos a la salud del niño.

Tomando en cuenta que si el niño pasa una gran parte de su tiempo dentro de las escuelas, es importante que éstas se ubiquen en lugares alejados de fábricas, basureros, cementerios, laboratorios, mercados, cárceles, hospitales, terminales de autobuses, establos, centros de vicios, aguas negras, etc., para ello se hace necesario que los vecinos del lugar y principalmente los padres de familia conozcan a fondo las causas de estas medidas.

Nuestro campo de acción es bastante problemático, por tanto muy difícil de proyectarlos a la comunidad, pero desde luego no imposible y si la escuela se propone, tiene que trabajar arduamente con el fin de crear para los niños un ambiente acogedor y saludable, para la cual primeramente tratará de entenderse y ponerse de acuerdo con los padres de familia para tener más relación con ellos.

La escuela debe tratar de dar a conocer los factores negativos a la salud del niño así como las instituciones a que pueden recurrirse en demanda de ayuda para el saneamiento de la comunidad y control de la salud personal.

El maestro debe además, unificar sus propósitos con padres de alumnos, médicos y enfermeras del lugar, para solidarizar relaciones con Instituciones Higiénicas a fin de dar a conocer los problemas y soluciones de higiene que se presenten.

Los alumnos, padres de familia y vecinos del lugar, deber ser motivados para que conozcan, desechen y erradiquen la insalubridad y costumbres anti-higiénicas, y nada mejor que la escuela para llevar a cabo esa misión por ser un factor importantísimo dentro de la comunidad, además de que servirá para cubrir parte de las áreas del Programa Escolar.

C A P I T U L O V

DESCRIPCION DEL PROBLEMA

5.1. MOTIVOS QUE IMPIDEN PRACTICAR NORMAS HIGIENICAS

La Higiene Personal del niño es un problema que requiere de la atención del maestro, ya que influye en gran parte en el aprovechamiento del alumno.

Con la finalidad de dar a conocer el origen preciso del problema de la higiene en la Décima Zona Escolar en Cd. Nezahualcóyotl y conocer los motivos que impiden practicar normas higiénicas satisfactorias entre los alumnos que asisten a la escuela, se realizó una Investigación de Campo con una muestra representativa de 100 alumnos de la Zona, pudiendo observar varias causas no practican todas las normas higiénicas recomendadas, entre cuales encontramos las siguientes:

a) HIGIENE DEL CUERPO.—Solo el 12% de los alumnos se baña diariamente, el 68% cada tres días y el 20% se baña una vez a la semana.

Esto se debe en gran parte a que solo el 26% cuenta con baño de regadera en su casa, deduciendo que por la incomodidad que representa la adquisición de este líquido el niño se vuelve apático al aseo, por lo que a pesar de la insistencia de los maestros muchos niños no llegan limpios a la escuela. (Ver gráfica en pág. 55).

ASEO DE LAS MANOS.—Creemos que merece atención especial este aspecto, ya que se dijo anteriormente que es el medio de transporte de muchos microorganismos patógenos al cuerpo humano. Encontramos que el 19% de los alumnos no han adquirido el hábito de asearse las manos con la frecuencia y en los momentos indicados

y que el resto lo hace pero todavía en forma irregular, consideramos que entre otras causas se debe a la ignorancia y el abandono de los padres. (Gráfica en pág. 56).

b) ASEO DENTAL.—A pesar de las campañas realizadas en la escuela y en algunos medios de difusión, no se ha establecido el hábito del aseo de la boca en forma regular, pues según datos obtenidos solo el 40% los practican adecuadamente y un 60% en forma incompleta, esto ocasiona un alto índice de padecimientos de caries dental. En la encuesta realizada un 64% padece caries, debido a que el 59% no asiste a consultas médico dental, esto en parte no se justifica, teniendo en cuenta que aunque no en forma satisfactoria esta campaña la realiza la dependencia de la U.N.A.M. (Ver gráficas en pág. 57-58-59).

c) ASEO DEL VESTIDO.—En el vestido encontramos que el 22% se cambia de ropa cada semana, el 58% cada tercer día y solo el 20% diariamente, por lo que se puede observar que todavía existe un alto porcentaje que muestra deficiencia en este hábito. (Ver gráfica en pág. 60).

En cuanto al aseo de la ropa de cama existe un 49% que cambia la ropa solo una vez a la semana.

Consideramos que entre las causas principales están: La baja condición económica, el alto número de miembros de una familia, el alto costo de los detergentes y las ocupaciones de los padres fuera del hogar. (Anexo en Pág. 61).

d) ALIMENTACION.—La mayoría de los alimentos que se consumen en las colonias Estado de México y Virgencitas, son totalmente insalubres, debido a que están expuestos a los contaminantes del medio ambiente, principalmente en la época de tolveneras, además no guardan los sistemas de refrigeración que garantizan la conservación de los mismos. (Ver anexo en Pág. 62).

El bajo rendimiento de los alumnos es ocasionado en gran parte por su deficiente alimentación, ya que la muestra obtenida indica que el 19% nunca toma leche, el 33% solo dos veces por semana y el resto en forma ocasional, otra causa se debe a que el 43% no toma sus alimentos tres veces al día como es lo recomendable, teniendo en cuenta que el niño está en su desarrollo orgánico, que requiere de una alimentación balanceada, estos datos obtenidos nos muestran la deficiente alimentación en el área estudiada. (Ver gráficas en págs. 64, 65 y 66).

Podemos considerar que los hechos antes mencionados son consecuencia del bajo nivel económico de lo padres de familia, así como por la falta de orientación para seleccionar los alimentos más nutritivos que deben ingerirse.

e) LA HIGIENE FISICO MENTAL.—Es otro aspecto de la Higiene Personal que es determinante en el aprovechamiento del educando, con tristeza observamos que la mayoría de nuestros escolares no cuentan con las facilidades necesarias para una adecuada recreación, ya que en nuestras colonias no se cuenta con instalaciones deportivas construidas exprofesamente para ello, como son: Campos de recreo, zonas arboladas, etc., además algunos de los padres se oponen a que sus hijos salgan a jugar a las calles y terrenos baldíos debido al medio social imperante en estos lugares, en el cual existen grupos de pandilleros y drogadictos, temiendo que sus hijos sean influenciados por éstos, por otra parte la situación económica les impide llevar a sus hijos a lugares de recreo fuera de esta colonia. (Ver anexo págs. 67).

El alcoholismo y la falta de preparación de los padres de familia ocasiona escenas violentas en el hogar, que repercuten en la conducta y el aprovechamiento del niño.

De acuerdo a la investigación realizada, solo el 34% practica algún deporte en su ratos libres. (Ver gráfica en pág. 68).

Se pueden mencionar otras causas que originan la falta de higiene en los alumnos, en las que tenemos:

a) La formación de grandes tolvaneras en determinadas épocas del año ocasionadas por la falta de vegetación y pavimentación de las calles, así como de lodazales en la época de lluvias.

b) El acumulamiento de personas en las habitaciones, ya que la encuesta arroja casos en donde viven 10 miembros en una sola habitación, en término medio, las casas cuentan con tres habitaciones y un promedio de nueve personas en cada hogar. (Ver. gráficas 69-70).

c) Al construir las casas, no toman en cuenta las condiciones higiénicas que éstas deben guardar, ya que les falta iluminación y ventilación, puesto que el 41% de las habitaciones no tienen las ventanas suficientes, el 40% no cuenta con habitaciones separadas para los animales domésticos. (Gráfica en pág. 71).

d) Los edificios escolares en su mayoría se encuentran rodeados de focos de infección como charcos, basureros y substancias orgánicas en descomposición, la gravedad del problema estriba en que los alumnos toman estos sitios como lugares de recreo antes de entrar a clases, exponiéndose a contraer enfermedades epidémicas. (Ver anexo pág. 72).

Uno de los problemas más grandes que se tienen en la actualidad y que merecen una atención inmediata de parte de las autori-

dades y habitantes de las colonias, es el que se refiere al agua potable, ya que se encuentra cada día más contaminada y podría originar epidemias, ya que los males estomacales han ido en aumento en estas fechas, así como manchas de la piel, lo cual motiva que las personas al bañarse teman adquirir alguna enfermedad.

“Desde la colonia Esperanza, hasta la Estado de México además de que el agua se encuentra en condiciones demasiado peligrosas, tiene un olor parecido como a una mezcla de azufre y cloro”.¹¹

“En la colonia Estado de México, el agua se tiene que colar por que sale con basura, esponja y no se puede tomar”.¹²

Estas son las declaraciones expresas de los habitantes de esta colonia.

En la escuela se sigue insistiendo que hiervan el agua para poder tomarla o al emplearla en la elaboración de alimentos, ya que son pocas las familias que compren agua purificada, además de que las familias son numerosas y se necesitarían grandes cantidades de este líquido para satisfacer sus necesidades más elementales.

Este es el resultado de la investigación efectuada en la zona delimitada por el problema, del que se han obtenido datos que muestran en forma precisa los motivos que impiden a los alumnos de esta Zona Escolar practicar en forma eficiente las normas de la Higiene Personal.

5.2. MEDIDAS ADMINISTRATIVAS TOMADAS EN LA ESCUELA, TENDIENTES A CORREGIR MALOS HABITOS DE HIGIENE

Los maestros que laboramos en las escuelas de la Décima Zona Escolar, después de haber detectado una serie de anomalías en la práctica de hábitos de higiene en nuestros alumnos, conociendo las causas que lo originan y teniendo en cuenta que depende de la escuela la adquisición de hábitos higiénicos por parte de los educandos, hemos tomado las siguientes medidas.

a) RECOMENDACIONES

11. Diario de Nezahualcóyotl. Federico Bracamontes. Cd. Nezahualcóyotl, Méx., 27 de julio de 1978.

12. Idem.

Mediante pláticas con los alumnos y padres de familia, se hicieron recomendaciones sobre la forma correcta del aseo del cuerpo: de la cara, la vista, el oído, la boca y el pelo, así como también se ha insistido en la conveniencia que representa el hecho de que al alumno, se cambie de roja, se asee su calzado y se peine diariamente.

Dentro de estas pláticas se ha orientado sobre las medidas higiénicas para la preparación de los alimentos de los niños debiendo tener horarios fijos para tomarlos.

En cuanto a la Higiene Físico Mental, se les ha orientado sobre la forma de cuándo, dónde y cómo se debe practicar el deporte, además la importancia que representa el hecho de realizar paseos al aire libre, así como visitar lugares de sana diversión.

Aparte de estas recomendaciones, ha sido preocupación de los maestros que el alumno influya en el hogar, para que éste mantenga las normas de higiene requeridas como son las siguientes:

Aseo de la casa, aseo de las camas, incineración de basureros, evitar juegos con substancias tóxicas y objetos peligrosos, indicándoles también algunas formas de purificar el agua.

L) CAMPAÑAS

Son realizadas intensivamente en cada uno de los grupos, así como a nivel escuela. Colocación de cestos de basura en cada salón, colocación de botes en patios y corredores, fijación de carteles en lugares más visibles con temas alusivos a la higiene.

A nivel extraescolar, se han realizado campañas para mantener limpias las calles quemando basureros, ha sido decisiva la labor de la Secretaría de Salubridad y Asistencia en las campañas de vacunación, corte de pelo, aseo del calzado y vacunación antirrábica.

Estas campañas han sido realizadas en base a una investigación de las enfermedades más frecuentes en la población escolar del área estudiada, en la que se puede notar que un 56% de los niños, han sufrido amigdalitis y un 57% enfermedades bronquiales debido a la ingestión prolongada de polvos imperantes por la falta de pavimentación de calles y la nula protección de cortinas de vegetales que detengan los fenómenos de la naturaleza que provocan grandes y prolongadas tolvaneras, el 39% de los alumnos sufren continuamente dolores estomacales producto de la contaminación del agua, el sarampión y la viruela solo ocupa un 3% en la población infantil producto de estas campañas de vacunación intensiva. (Ver gráfica pág. 74).

c) COMISIONES

Las campañas que se mencionan han sido dirigidas por la Dirección y comisiones establecidas en cada una de las escuelas, quienes se han encargado de su planeación y realización, así como una serie de actividades desarrolladas dentro de las escuelas como son:

Revisión del aseo diario, de las manos, ropa y dentadura, llevando un registro y publicando los resultados mediante gráficas a la vez que se estimulan a los primeros lugares con banderines.

d) CONFERENCIAS

Por conducto de las comisiones integradas se invitó a médicos y enfermeras de la S.S.A. los cuales dictaron conferencias a los padres de familia, también se contó con Odontólogos de la U.N.A.M., quienes efectuaron limpieza dental a cada uno de los alumnos, a la vez que dictaron conferencias a los padres de familia sobre la Higiene Dental y prevención de caries, a los alumnos se les impartieron pláticas y demostraciones de como efectuar el aseo de los dientes, se repartieron en forma gratuita cepillos y pastas dentales, así como pastillas que detectan los sitios en donde existe mayor acumulación de residuos alimenticios.

COMPROBACION DE HIPOTESIS

Los datos obtenidos nos dan un panorama claro de la repercusión que tiene la Higiene Personal y de la acumulación en la formación integral del educando, ya que se tienen una diversidad de factores que intervienen para que el desarrollo del alumno sea positivo; un niño educado en el hábito de la higiene personal será un niño sano, apto para desempeñar sus labores dentro y fuera de la escuela, una persona aseada se sentirá mentalmente segura de su participación en la sociedad en que vive.

La Escuela Primaria como una institución al servicio de la comunidad tiene la obligación de velar por el bienestar físico y mental de los educandos; la formación de los principios culturales en el hogar y la comunidad recaen en forma directa en las actividades escolares y de ahí se deriva la importancia que la escuela asigne a la Higiene Personal.

La investigación realizada en la 10a. Zona Escolar en Cd. Nezahualcóyotl nos muestra la serie de problemas socioeconómicos que padecen los niños en el hogar y en la comunidad que originan en parte la deficiencia en el aseo personal obstaculizando esto el desarrollo armónico del educando, es labor de la comunidad escolar quien teniendo como factor dependiente la educación en el hábito de la higiene en los alumnos quien debe desarrollar sus actividades en forma eficiente, para que con el logro de estos hábitos el alumno adquiera patrones de conducta más eficientes que lo encausen a un futuro mejor.

En base a este trabajo, se pudo comprobar que cuanto mayor sea la falta de higiene personal, tanto menor es la adquisición de actitudes positivas para la formación de la personalidad integral del niño.

Se puede notar que la falta de higiene personal, produce una serie de trastornos físicos y mentales en el educando, obstaculizando su aprovechamiento.

Por lo que de acuerdo al problema planteado en este trabajo y en base a nuestras investigaciones y experiencias personales consideramos válida nuestra hipótesis, ya que una educación adecuada en el hábito de la Higiene Personal, hace que el alumno adquiera una actitud positiva en la formación integral de su personalidad.

C O N C L U S I O N E S

Al término de este trabajo y como resultado consecuente del mismo, podemos concluir lo siguiente:

- 1.—El medio donde se desenvuelven los alumnos es determinante para su desarrollo.
- 2.—Los padres de familia en su mayoría son provincianos que carecen de educación, lo que motiva que no sepan orientar debidamente a su hijos.
- 3.—La causa principal de que los alumnos descuiden su aseo personal es el bajo nivel económico de los padres y en gran parte al desempleo existente.
- 4.—La falta de servicios públicos agrava la insalubridad, pues aunque ellos pagan dichos servicios no los tienen como por ejemplo banquetas, asfalto, etc.
- 5.—A pesar de que en la actualidad, las Autoridades Educativas y de Salubridad y Asistencia, mantienen campañas intensivas para combatir la insalubridad, aún no se ha podido erradicar este mal para la sociedad.
- 6.—La Educación Higiénica debe iniciarse desde temprana edad, porque es cuando se empieza a moldear el carácter y la personalidad del niño.
- 7.—El maestro debe insistir diariamente en los preceptos básicos de la Higiene Personal hasta convertirlos en hábitos, podemos citar como ejemplo el aseo del cuerpo, el uso de pañuelo, el aseo de la ropa, etc.
- 8.—Los conocimientos sobre Higiene Personal deben impartirse en la Escuela Primaria, en forma sistemática y en forma ocasional.

- 9.—Se puede lograr una labor efectiva en pro de la Higiene Personal, cuando el maestro trate de convencer a los alumnos de la importancia de la higiene y la formación de hábitos higiénicos.
- 10.—Es determinante la influencia educativa de la Escuela Primaria en la formación de hábitos de higiene en la Primaria en la formación de hábitos higiénicos en la niñez de nuestro pueblo.
- 11.—De lo antes expuesto consideramos que la Higiene Personal, es un factor importante en la integración física, mental y social del educando, que influye favorablemente en el aprendizaje y repercute en forma positiva en la comunidad.

PROPOSICIONES

Conscientes de la labor que debe desempeñar el maestro y en base al trabajo realizado el equipo sustentante se permite hacer las siguientes proposiciones:

1.—Que la Secretaría de Educación Pública programe seminarios de capacitación a nivel nacional y de carácter obligatorio para los maestros, que sean impartidos por personas altamente capacitados, en los que se den orientaciones sobre higiene personal, primeros auxilios y planeación familiar.

2.—Organizar conferencias con los padres de familia para tratar temas sobre la educación de la higiene del niño, del hogar, la comunidad, la alimentación y el vestido.

3.—Que las Autoridades Educativas de Zona auxiliadas por las comisiones de higiene de cada una de las escuelas promuevan campañas intensivas de aseo general en las escuelas y en la comunidad.

4.—Que se realicen programas culturales con jóvenes de la comunidad en la que se traten aspectos relacionados con la higiene personal.

5.—Que se intensifiquen las campañas de higiene personal por los medios de comunicación masiva (Radio, televisión, prensa).

6.—Realizar campañas sobre la purificación del agua que se emplea para beber y en la elaboración de alimentos.

7.—Establecer un Dispensario Médico al servicio de la comunidad.

8.—Se sugiere que los maestros de las escuelas primarias de Cd. Nezahualcóyotl desarrollen a nivel Zona Escolar la unidad de trabajo que se adjunta, con el fin de que los alumnos y padres de familia adquieran conocimientos básicos para que lleven a la práctica de manera consciente las normas higiénicas.

UNIDAD DE TRABAJO A DESARROLLAR EN LAS
ESCUELAS PRIMARIAS
NOMBRE DE LA UNIDAD
“HIGIENE PERSONAL”

TIEMPO DE OPERACION 8 SEMANAS

OBJETIVO GENERAL:

Comprenderá que la Higiene Personal es determinante en la integración positiva de su personalidad.

PROYECTO NUM. 1

TIEMPO DE OPERACION: 1 SEMANA.

NOMBRE DEL PROYECTO: “Higiene del Cuerpo”.

OBJETIVO PARTICULAR:

1.1. Al término de este proyecto el alumno conocerá las normas de la higiene del cuerpo.

OBJETIVO ESPECIFICO:

1.1.1. Conocerá la importancia de la higiene del cuerpo y practicará los hábitos correspondientes.

ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

- 1.1.1.1. Pláticas sobre hábitos de Higiene Personal.
- 1.1.1.2. Revisión del aseo personal.
- 1.1.1.3. Elaboración de carteles alusivos.
- 1.1.1.4. Representaciones teatrales.
- 1.1.1.5. Evaluación y gráficas de los resultados.

PROYECTO NUM. 2

TIEMPO DE OPERACION: 1 SEMANA.

NOMBRE DEL PROYECTO: "Higiene del Vestido".

OBJETIVO PARTICULAR:

- 2.1. Al finalizar este proyecto el alumno comprenderá que la higiene del vestido, es un factor importante en la formación de su personalidad.

OBJETIVO ESPECIFICO:

- 2.1.1. Habituarse al alumno en la higiene del vestido.

ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

- 2.1.1.1. Motivación sobre el tema.
- 2.1.1.2. Lecturas alusivas.
- 2.1.1.3. Revisión del aseo del vestido.
- 2.1.1.4. Redacción de normas a seguir.
- 2.1.1.5. Representación de diálogo.
- 2.1.1.6. Concursos.
- 2.1.1.7. Representación de los resultados obtenidos.
- 2.1.1.8. Evaluación del proyecto.

PROYECTO NUM. 3

TIEMPO DE OPERACION: 1 SEMANA.

NOMBRE DEL PROYECTO: "Higiene de la Alimentación".

OBJETIVO PARTICULAR:

- 3.1. Al concluir este proyecto el alumno conocerá la importancia de una buena alimentación para su desarrollo orgánico.

OBJETIVO ESPECIFICO:

- 3.1.1. Iniciar al alumno en la selección de sus alimentos.

ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

- 3.1.1.1. Investigación de los alimentos que toman diariamente.
- 3.1.1.2. Seleccionar los alimentos nutritivos para su desarrollo orgánico.
- 3.1.1.3. Investigación en los comercios de los alimentos que puedan adquirir más económicamente y que reúnan los requisitos indispensables.
- 3.1.1.4. Prácticas de purificación del agua.
- 3.1.1.5. Carteles alusivos, (lavar las frutas, conservar los alimentos cubiertos contra el polvo, moscas, etc.)
- 3.1.1.6. Elaboración de las normas higiénicas a seguir.
- 3.1.1.7. Conclusiones del proyecto.

PROYECTO NUM. 4

TIEMPO DE OPERACION: 1 SEMANA.

NOMBRE DEL PROYECTO: "Higiene Físico-Mental".

OBJETIVO PARTICULAR:

- 4.1. Al término de este proyecto el alumno comprenderá que el deporte y la recreación son de vital importancia en su salud mental.

OBJETIVO ESPECIFICO:

- 4.1.1. Habituarse al alumno en la práctica de recreaciones sanas.

ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

- 4.1.1.1. Investigación de las actividades que realizan en sus ratos libres.
- 4.1.1.2. Organización de competencias deportivas entre grupos.
- 4.1.1.3. Excursiones a lugares recreativos con apego a un programa a desarrollar.
- 4.1.1.4. Iniciación a la gimnasia rítmica.
- 4.1.1.5. Premiación de equipos triunfadores.

PROYECTO NUM. 5

TIEMPO DE OPERACION: 1 SEMANA.

NOMBRE DEL PROYECTO: "Higiene de la Escuela".

OBJETIVO PARTICULAR:

- 5.1. Al término de este proyecto el alumno se habituará a conservar limpia su escuela.

OBJETIVO ESPECIFICO:

- 5.1.1. Comprenderá la importancia de mantener aseada su escuela.

ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

- 5.1.1.1. Por medio de técnicas grupales elaborar reglamento de higiene del edificio escolar.
- 5.1.1.2. Adquisición de materiales de aseo para la escuela.
- 5.1.1.3. Elaboración de carteles alusivos.
- 5.1.1.4. Adquisición de cestos y botes de basura.
- 5.1.1.5. Aseo general de la escuela.

PROYECTO NUM. 6

TIEMPO DE OPERACION: 1 SEMANA.

NOMBRE DEL PROYECTO: "Higiene de la Comunidad".

OBJETIVO PARTICULAR:

- 6.1. Al término de este proyecto el alumno será capaz de proyectar sus conocimientos de **higiene** en la comunidad.

OBJETIVO ESPECIFICO:

- 6.1.1. Proyección de la escuela en la comunidad.

ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

- 6.1.1.1. Conferencias con los padres de familia sobre la importancia de la **higiene** en la comunidad.
- 6.1.1.2. Quema de basureros.
- 6.1.1.3. Formación de brigadas para conservar limpias las calles.
- 6.1.1.4. Solicitar a las autoridades **municipales** los servicios de **limpia** y **desasolve**.
- 6.1.1.5. Difusión de lemas alusivos a la **higiene**.

PROYECTO NUM. 7

TIEMPO DE OPERACION: 1 SEMANA.

NOMBRE DEL PROYECTO: "Primeros Auxilios".

OBJETIVO PARTICULAR:

- 7.1. Al término de este proyecto el alumno adquirirá, conocimientos y destrezas para participar en los primeros auxilios que sean necesarios.

OBJETIVO ESPECIFICO:

- 7.1.1. Inculcar en los alumnos una conducta de colaboración en los casos en que se necesite su ayuda.

ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

- 7.1.1.1. Comentarios sobre la importancia de los primeros auxilios.
- 7.1.1.2. Teoría y práctica de primeros auxilios por el maestro.
- 7.1.1.3. Proyección de películas de primeros auxilios.
- 7.1.1.4. Concurso de composiciones literarias en prosa, verso, etc., de temas relacionados con los primeros auxilios.
- 7.1.1.5. Adquisición de un botiquín escolar.
- 7.1.1.6. Demostración práctica de los alumnos mediante simulacros de como impartir los primeros auxilios en casos de accidentes.

PROYECTO NUM. 8

TIEMPO DE OPERACION: 1 SEMANA.

NOMBRE DEL PROYECTO: "Conferencias y Evaluaciones de la Unidad".

OBJETIVO PARTICULAR:

8.1. Al término de este proyecto el alumno reforzará los conocimientos adquiridos en los proyectos anteriores.

OBJETIVO ESPECIFICO:

8.1.1. Evaluación de los trabajos anteriores.

ACTIVIDADES A DESARROLLAR:

8.1.1.1. Concurso de lemas alusivos a la "Higiene Personal" para ser adoptados por la Zona Escolar.

8.1.1.2. Conferencias a padres de familia sobre la higiene personal por médicos de la S.S.A.

8.1.1.3. Conferencias a padres de familia sobre higiene dental.

8.1.1.4. Exposición de los trabajos realizados en la presente unidad.

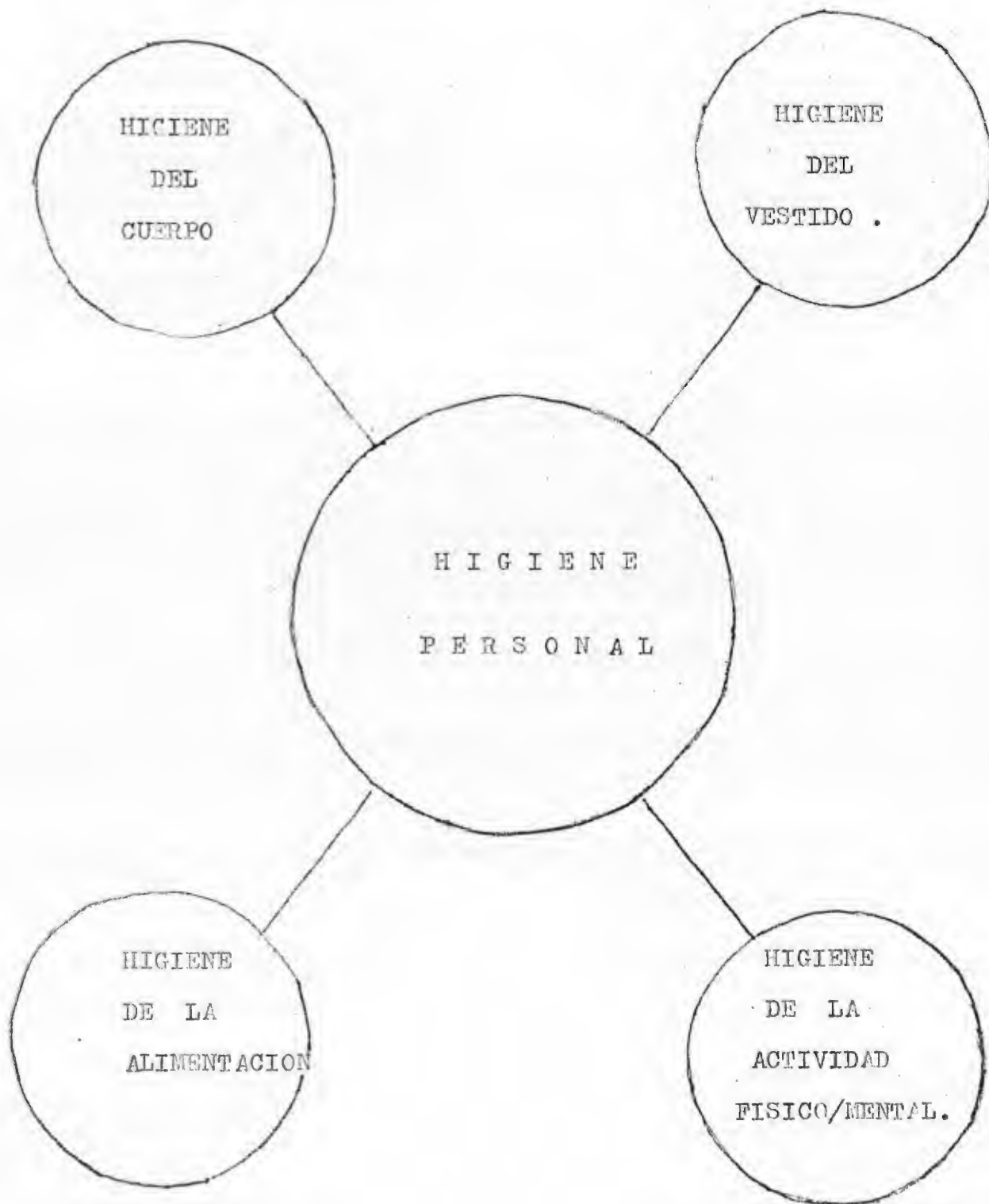
8.1.1.5. Premiación de los mejores trabajos realizados con diplomas alusivos.

8.1.1.6. Festival de clausura con la presentación de las mejores obras teatrales, tablas gimnásticas, etc., obtenidas de la presente unidad.

8.1.1.7. Clausura de la unidad.

A N E X O S

DIAGRAMA DE LOS ASPECTOS DE LA HIGIENE PERSONAL.



CUESTIONARIO

HABITACION Y SERVICIOS

En la investigación de campo se aplicó un cuestionario a una muestra representativa de cien alumnos, con el fin de conocer las condiciones en que viven y que determinan en parte la higiene que practican.

- 1.—Describe el material de construcción de tu casa
 - 2.—¿Cuántas habitaciones tiene?
 - 3.—¿Cuántas personas viven?
 - 4.—¿Tiene baño de regadera?
 - 5.—¿Tiene letrinas?
 - 6.—¿Hay agua potable?
 - 7.—¿Cuenta con drenaje?
 - 8.—¿Existe luz eléctrica en tu casa?
 - 9.—¿Cada habitación tiene ventanas?
 - 10.—¿Los animales duermen en habitaciones separadas?
- Nombre del Alumno:
- Grado que cursa:

CUADRO DE CONCENTRACION DE DATOS

1.—Material de construcción.

	Losa	Tabique	Lámina de asbesto	Lámina de cartón
f—	30	74	18	35

2.—Número de habitaciones.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
f—	8	20	23	24	10	5	7	1	1	1			

3.—Personas que viven en la habitación.

	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
f—	4	6	9	15	12	19	14	8	7	3	3	

4.—Servicios con que cuentan las casas.

	Regaderas	Letrinas	Agua potable	Drenaje	Luz eléctrica
f—	26	74	89	85	98

5.—La habitación tiene ventanas suficientes.

	SI	NO
f—	59	41

6.—Tiene habitaciones separadas para animales.

	SI	NO
f—	60	40

7.—Frecuencia del baño.

	Diario	Cada tercer día	Cada semana.
f—	12	68	20

8.—Lavado de manos.

	Antes de comer y después de ir al baño	Una vez	Después de comer golosinas
f—	81	14	5

9.—Frecuencia del lavado de dientes.

	Tres veces al día	Dos veces al día	Una vez al día
f—	40	24	36

.—Cambio de ropa.

Diario	Cada tercer día	Cada semana
f— 20	58	22

11.—Frecuencia en el cambio de la ropa de cama, en la semana.

Una vez	Dos veces	Tres veces
f— 49	25	26

12.—Comidas en el día.

Una vez	Dos veces	Tres veces
f— 7	36	57

13.—Come carne a la semana.

1 vez	2 veces	3 veces	Diariamente
f— 27	21	35	17

14.—Toman leche a la semana.

Ninguna	Dos veces	Diariamente
f— 19	33	48

15.—Ocupación en las horas libres.

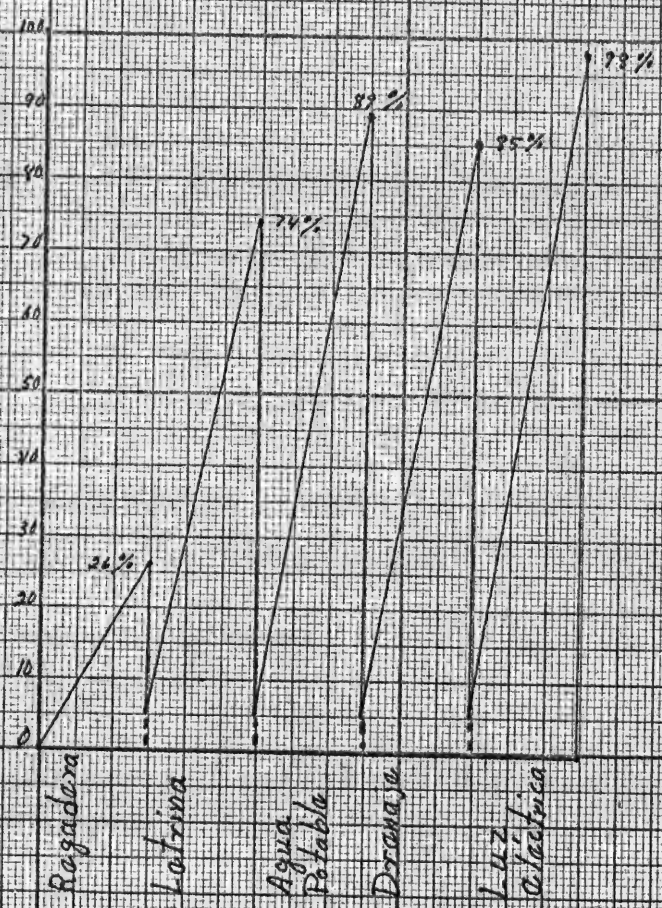
Deportes	T. V.	Otros juegos
f— 43	34	32

16.—Frecuencia en las recreaciones.

Cine	El campo	Leer
f— 14	45	41

ANÁLISIS DE LOS RECURSOS AMBIENTALES DE LA COMUNIDAD DE...

Porcentaje





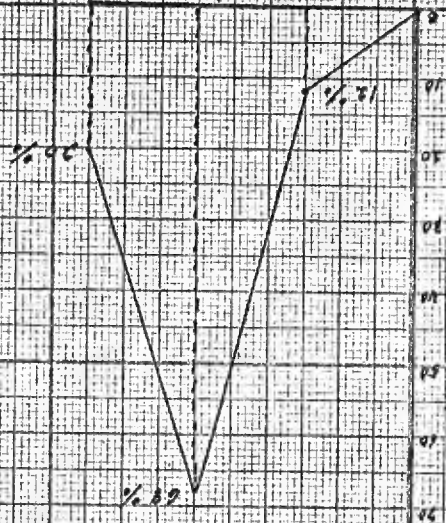
Condiciones en que viven la mayoría de las personas del lugar.





La falta de agua en los mercados propicia la insalubridad de los productos que ahí se venden.

BAND
dioxido
3 dias
Cada
Cada
60mm



Porcentaje

100
90
80
70
60
50
40
30
20
10
0

BAND

Porcentaje

100

90

80

70

60

50

40

30

20

10

0

Se lavan
las manos
antes de co-
mer y des-
pués de ir al
baño

Una vez

Después
de comer
3 o 4 veces

81%

14%

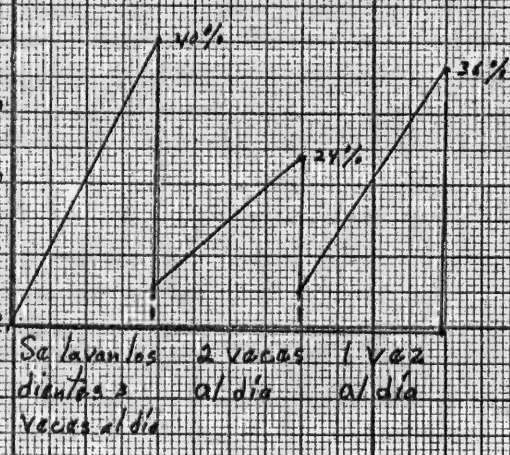
5%

0

GRAFICA DE LA FRECUENCIA CON QUE LOS ANIMOS SE LAVAN LOS DIENTES.

Porcentaje

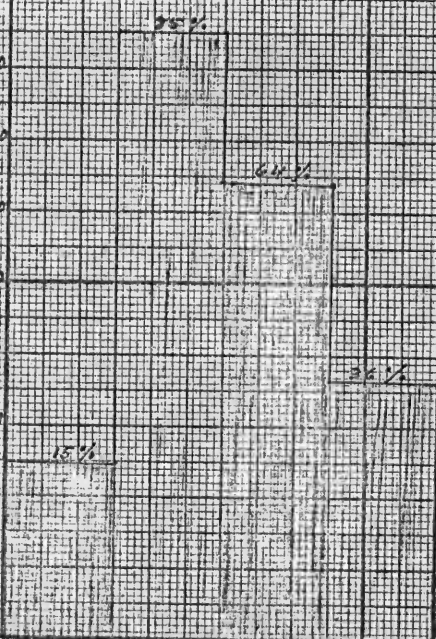
100
90
80
70
60
50
40
30
20
10
0



¿HAN SUBIDO LAS FRACATURAS EN LOS MONTES DE LA SIERRA DE LOS RIOS?

Porcentaje

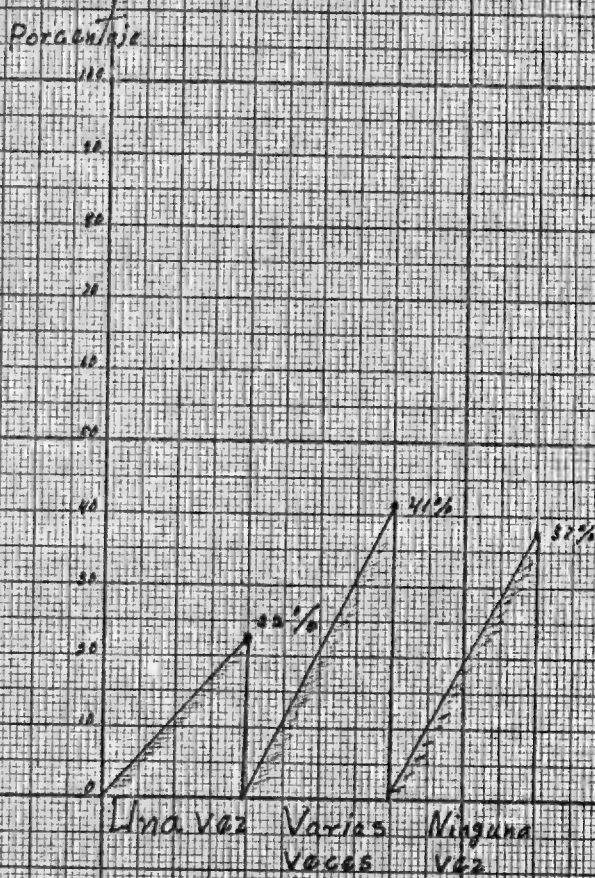
100
90
80
70
60
50
40
30
20
10
0



Si No Si No

Han subido Sufran ca-
fracturas rias

GRACIAS DE LA FRECUENCIA CON QUE ACUDEN LOS ALUMNOS AL
DEPOSITO.



GRAFICA DE LA RESCUESTA CONTRO LOS JUJUCOS EN CALDIAS DE BOYA.

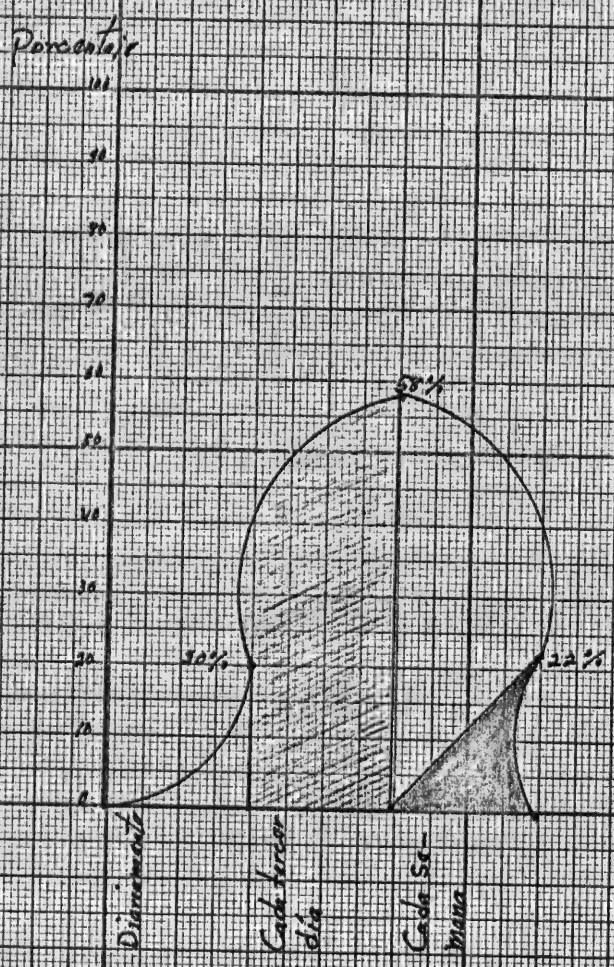
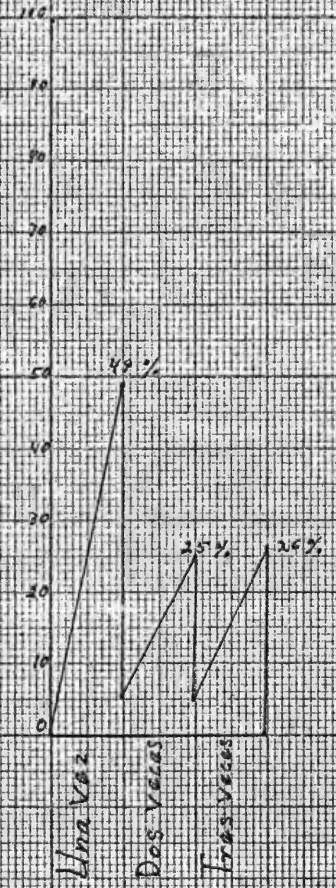


GRÁFICO DE LA DISTRIBUCIÓN DE LOS RESULTADOS DE LAS PRUEBAS DE LABORATORIO

Porcentaje





La proliferación de mercados junto a las escuelas sin ningún control sanitario exponen a los niños a contraer enfermedades.



Los basureros junto a los mercados son focos de infección.

CUESTIONARIO

HIGIENE PERSONAL

Se aplicó este cuestionario para conocer los hábitos de higiene de los alumnos que forman una muestra representativa del área delimitada con los resultados ya antes mencionados.

INSTRUCCIONES: Tacha las respuestas correctas.

- 1.—¿Cada cuántos días te bañas?
a) Diariamente b) Cada tercer día c) Cada semana.
- 2.—¿Te lavas las manos?
a) Antes de comer y después de ir al baño b) Una vez al día
c) Después de comer golosinas.
- 3.—¿Cuántas veces te lavas los dientes?
a) Tres veces al día b) Dos veces al día c) Una vez al día
- 4.—¿Cuántos días te cambias de ropa?
a) Diario b) Cada tercer día c) Cada semana
- 5.—¿Cada cuándo a la semana cambias la ropa de tu cama?
a) Una vez b) Dos veces c) Tres veces
- 6.—¿Cuántas veces al día comes?
a) Una vez al día b) Dos veces al día c) Tres veces al día
- 7.—¿Cada cuándo comes carne a la semana?
a) Una vez b) Dos veces c) Tres veces d) Diariamente
- 8.—¿Cuántas veces a la semana tomas leche?
a) Dos veces b) Diariamente c) Ninguna
- 9.—¿En tus ratos libres a qué dedicas más tiempo?
a) Al deporte b) A ver televisión c) A jugar otros juegos
- 10.—¿Qué recreación prefieres?
a) Ir al cine b) El campo c) La lectura

NOMBRE DEL ALUMNO:

GRADO:

Porcentaje

100

90

80

70

60

50

40

30

20

10

0

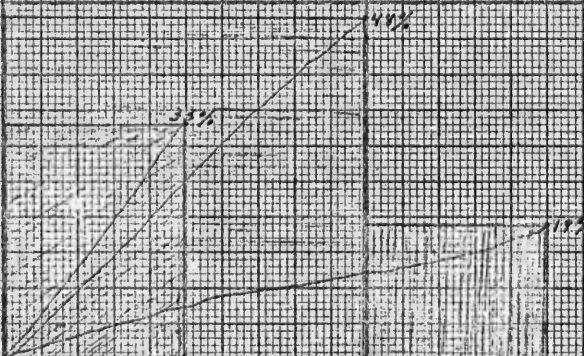
2 Veces por Diariamente
Semanal

Ninguna
vez

33%

40%

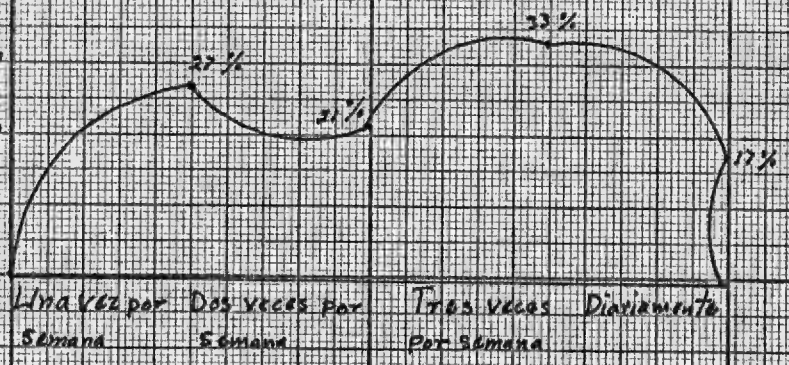
18%



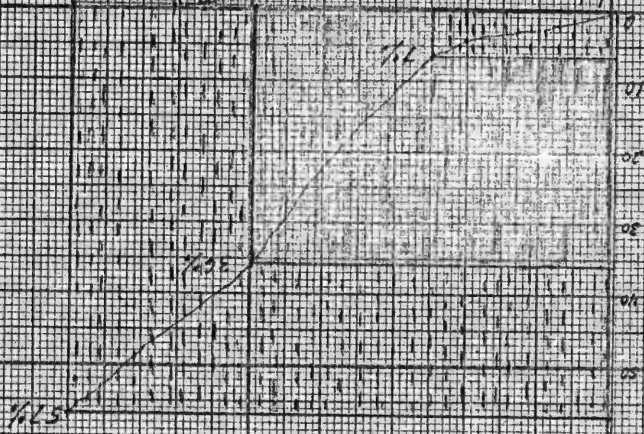
PERCENTAJE DE ALUMNOS QUE SE ABANDONAN DE CLASE.

Porcentaje

100
90
80
70
60
50
40
30
20
10
0



LINEAR DOS VALUES
O.D.P. 10
LINEAR DOS VALUES
O.D.P. 10
LINEAR DOS VALUES
O.D.P. 10



PATIENTS



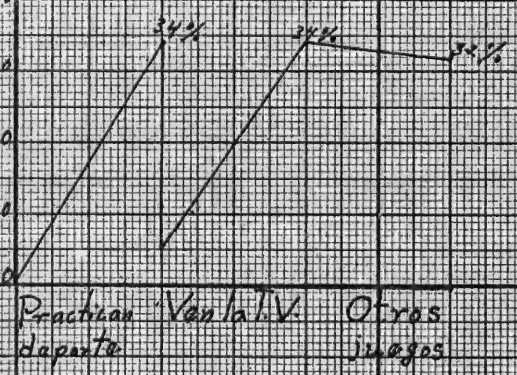
Los niños carecen de lugares apropiados para su recreación.



Practian Ventaliv. Otras
departa imagos

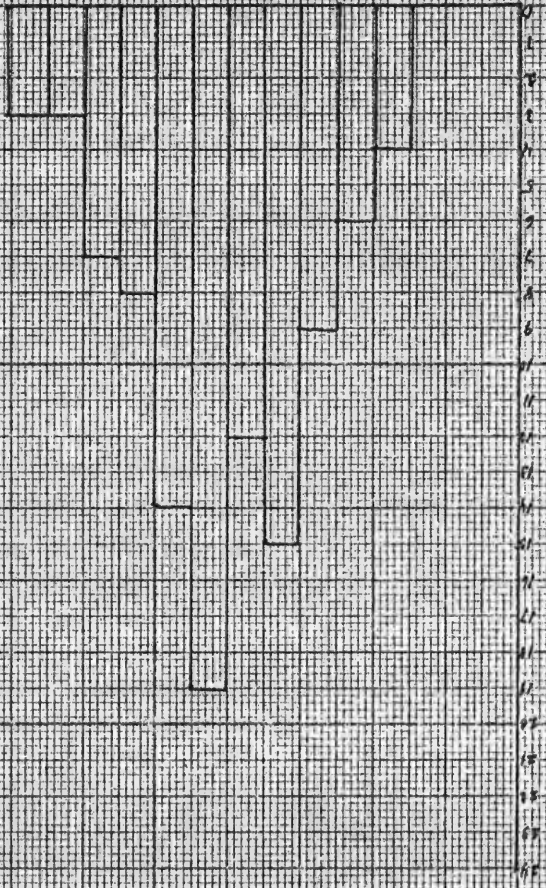
Porcentaje

100
90
80
70
60
50
40
30
20
10
0



Personas

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30



Porcentaje de casos

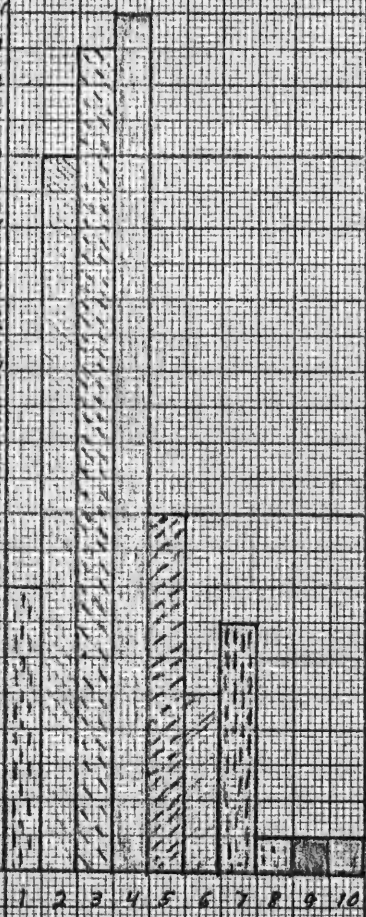
GRANDES DE HABITACIONES QUE CONSTITUYEN LOS HOGARES

Porcentaje

25
24
23
22
21
20
19
18
17
16
15
14
13
12
11
10
9
8
7
6
5
4
3
2
1
0

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Habitaciones



OPINION DE LAS DEMONSTRADORAS CAPACITADAS EN LAS OBRAS DE INVESTIGACIONES.

Porcentaje



Casos que tienen haber decisiones con ventajas

Sin ventajas

Con habilitación separada

para los animales

No tienen habilitación separada

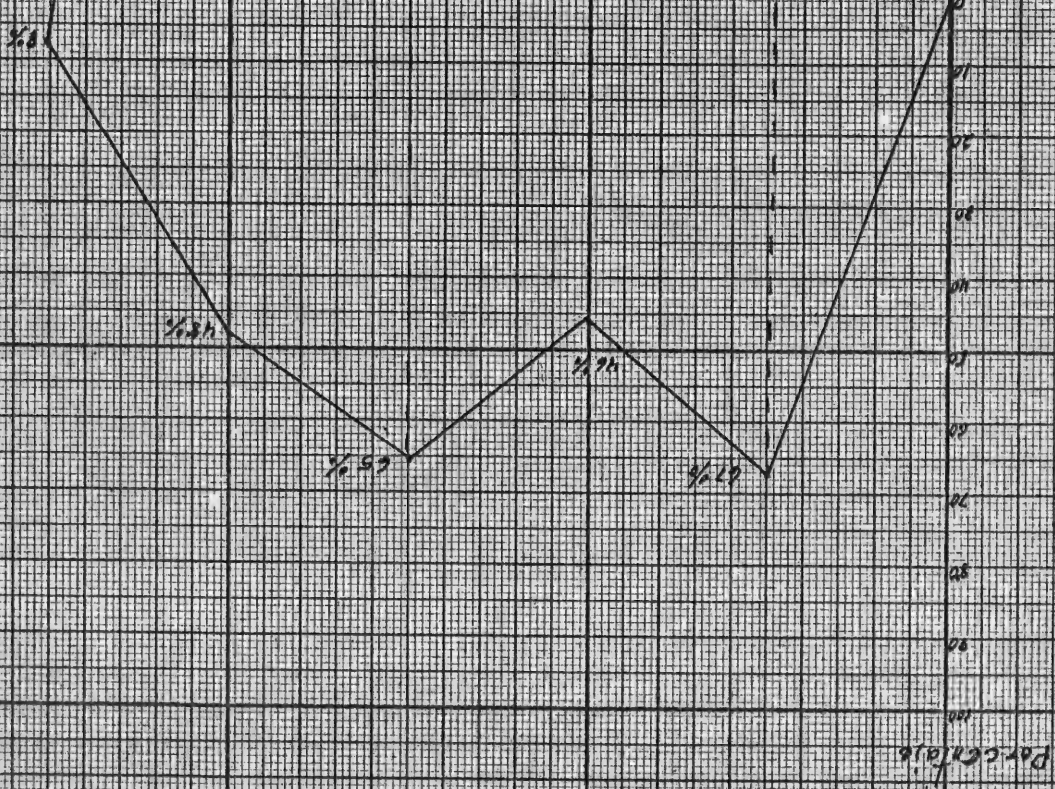


Focos de infección situados junto a las escuelas de la 10a.

Zona Escolar en Cd. Nezahualcóyotl.



Sampling Interval Annals Tuberculosis Litidoo



NOS.

THE SCIENCE OF THE HISTORY OF THE WORLD

0
2
4
6
8
10
12
14
16
18
20
22
24
26
28
30
32
34
36
38
40
42
44
46
48
50
52
54
56
58
60
62
64
66
68
70
72
74
76
78
80
82
84
86
88
90
92
94
96
98
100
Doxonka

Arginas

Gripa

Dobras

Comda

Sampin

Vucola

CUESTIONARIO

REGISTRO DE ENFERMEDADES Y VACUNAS

En la investigación de campo se aplicó este cuestionario a una muestra representativa de cien alumnos, con el fin de conocer los implementos que se han aplicado para la preservación contra enfermedades y cuáles de éstas han padecido .

1.—¿Qué vacuna te han aplicado?

.....

2.—Enumera las enfermedades que has padecido con mayor frecuencia

.....

3.—¿Has sufrido alguna fractura?

.....

4.—¿Sufres caries dental?

.....

5.—¿Cuántas veces consultas al dentista?

.....

NOMBRE DEL ALUMNO:

GRADO QUE CURSA:

Concentración de datos sobre vacunas y enfermedades padecidas.

1.—Vacunas aplicadas para la prevención de enfermedades.

Sarampión	67
Tétano	46
Viruela	65
Tuberculosis	48
Tifoidea	8

2.—Enfermedades que han padecido con mayor frecuencia.

Anginas	56
Gripa	58
Dolor de estómago	39
Sarampión	3
Viruela	3

3.—Fracturas sufridas

13

—No han sufrido fracturas

75

4.—Padecimiento de caries dental

56

—No padecen caries dental

32

5.—Acuden al dentista.

Una vez

19

Varias veces

36

Ninguna vez

33

B I B L I O G R A F I A

- AUTORES VARIOS.— *“El Gran Libro de la Salud”*.—Edit. Reader’s Digest.—México 1971.
- BATALLA Z. Ma. Agustina y otros.—*“Higiene Escolar”*.—Edit. Oasis. México 1970.
- BURGERSTEIN Leo Trad. de Antonio y Eugenio Jaumadreu y Luis Sánchez Sarto.— *“Higiene Escolar”*.—Edit. Nacional 1971.
- DEPARTAMENTO Estadística de Análisis Clínicos S.S.A.—Anuario 1977.
- HERNANDEZ Tenorio J.—*“Técnicas de Investigación Documental”*. Edit. Mc. Craw-Hill de México 1978.
- MENDIETA Alatorre A.—*“Tesis Profesionales”*.—Edit. Porrúa.—México 1976.
- RAMIREZ Rodríguez Roque.—*“Higiene Escolar”* I.F.C.M.—Edit.—Oasis.—México 1964.
- SANCHEZ Hidalgo Efraín.—*“Psicología Educativa”*.—Universidad de Puerto Rico 1969.
- SOLA M. Juan.—*“Higiene Escolar”*.—Edit. Trillas.—México 1977
- TECLA J. Alfredo y Garza R. Alberto.—*“Teoría, Métodos y Técnicas de la Investigación Social”*.—Edit. Cultura Popular.—México 1971.