



UNIDAD

**071 SECRETARIA DE EDUCACION
PUBLICA**



**“Formación de Hábitos Higiénicos
en los Niños del Nivel Pre-escolar.”**

AUTOR: PROFRA.

Norma Mendoza Díaz

Villahermosa, Tabasco, Mayo de 1993.



UNIVERSIDAD
PEDAGOGICA
NACIONAL

FORMACION DE HABITOS HIGIENICOS EN LOS
NIÑOS DEL NIVEL PRE-ESCOLAR.

PROFRA: NORMA MENDOZA DIAZ.

VILLAHERMOSA, TABASCO NOVIEMBRE DE 1992.



UNIVERSIDAD
PEDAGOGICA
NACIONAL

FORMACION DE HABITOS HIGIENICOS EN LOS
NIÑOS DEL NIVEL PRE-ESCOLAR.

PROPUESTA PEDAGOGICA QUE PRESENTA LA
PROFRA: NORMA MENDOZA DIAZ. PARA OBTEN-
NER EL TITULO DE LIC. EN EDUCACION PRE-
ESCOLAR.

VILLAHERMOSA, TABASCO NOVIEMBRE DE 1992.

DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACION

Villahermosa , Tabasco , a 22 de Abril de 19 93.

C.Profr. (a) NORMA MENDOZA DIAZ
(Nombre del egresado)

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes Profesionales y después de haber analizado el trabajo de titulación alternativa : PROPUESTA PEDAGOGICA titulado: "FORMACION DE HABITOS HIGIENICOS EN LOS NIÑOS DEL NIVEL PREESCOLAR" presentado por Usted, le manifiesto que reúne los requisitos a -- que obligan los reglamentos en vigor para ser presentado ante el H. Jurado del Examen Profesional, por lo que deberá entregar -- diez ejemplares como parte de su expediente al solicitar el -- Examen.

ATENTAMENTE

El Presidente de la Comisión.


LIC. VIRGINIA DEL C. DOMINGUEZ B.

VDE / ~~lsc~~ lcr.

I N D I C E

CONTENIDO	PAGINA.
INTRODUCCION.....	I
CAPITULO I	
DEFINICION DEL OBJETO DE ESTUDIO.....	14
CAPITULO II	
FUNDAMENTACION TEORICA.....	25
CAPITULO III	
ESTRATEGIAS METODOLOGICAS.....	38
CONCLUSIONES.....	39
SUGERENCIAS.....	40
BIBLIOGRAFIA.....	41

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

El propósito general de este estudio es que alumno, maestro y padres de familia, conozcan y practiquen las medidas higiénicas para la conservación de la salud.

Como sabemos, la higiene personal constituye la fuente primordial para la conservación de la salud, siendo es to una medida preventiva para protegernos de enfermedades infecciosas.

Toda persona que desea mejorar y conservar su salud necesariamente debe de tener conocimiento sobre lo que es la higiene. Por que el conoce supuestamente las medidas higienicas y las pone en práctica.

Inducir dentro del aula de clases a los niños en el aspecto de los hábitos higienicos, es una ventaja para ellos como ser humano.

El objetivo de esta propuesta pedagógica realizada en este escrito, responde a la finalidad de que el niño se desarrolle normalmente como individuo y como miembro del grupo social haciéndole ver que la integración y la colaboración de padres de familia y maestros, nos llevan a lazos de vinculación para no dejar que él caiga en las garras de enfermedades que pueden hacer maya en su organismo, debido a microbios o

sustancias que producen daños al ingerir los alimentos con -
aguas contaminadas, como también al estar respirando aire vi-
ciado, que en muchas ocasiones lo puede llevar al camino de -
las enfermedades y de la muerte.

Nuestra salud se debe conservar, evitando las enfer-
medades, especialmente las comunes en la infancia.

Es conveniente que los niños notifiquen a sus pa -
dres y maestros cualquier molestia que experimenten.

Pues esta propuesta es un esfuerzo para explicar -
como impartir la educación sanitaria en nuestra comunidad a -
pesar de que los conceptos de esta propuesta son usuales, me-
recen una afinación detallada, sobre todo si se tiene en cu -
enta que se trata de un trabajo realizado para la práctica, -
un trabajo complejo, distinto, como ha resultado esta Propues-
ta.

Como aspecto realmente positivo de nuestra labor -
queremos señalar que gran parte de los puntos que se incluyen
son el resultado de nuestras actividades que se realizan dia-
riamente actuales de las que he desarrollado con anterioridad
en mi vida profesional.

Es por ello que con frecuencia intercalamos algunos
aspectos concretos de la realidad que nos toca vivir cotidia-
namente.

El trabajo puede ser dividido en tres partes, 1) Definición del objeto de estudio, 2) Fundamentación teórica, 3) Estrategias metodológicas.

En el capítulo I) Definición del objeto de estudio - se trata de encausar al ser humano en la práctica de las medidas higienicas que son muy recomendables para mantener una buena salud.

Ya que enseñar buenos hábitos es tarea del educador y se inicia desde la infancia.

El capítulo II) Fundamentación teórica, se refiere a llevar las reglas de la higiene para la prevención de una buena salud.

En el capítulo III) Estrategias metodológicas, se trata de que los niños lleven a la práctica todos los hábitos de higiene que se requieren en el jardín de niños para hacer comprender a los niños los conocimientos que les permitan más adelante enfrentarse a una educación integra de la salud.

1. DEFINICION DEL OBJETO DE ESTUDIO.

Desde el primer dia que nace el niño adquiere conocimientos y los va desarrollando al paso de la medida en que va despertando en diferentes maneras, pero detrás de todo es to él no tiene ninguna obligación de llevarlos a la práctica, simplemente él niño quiere aprender nadi puede decirle; anda, juega, brinca, ya que nadie tiene la capacidad de construir intelectos, pero a través del tiempo el niño imita. Todo lo que la educadora o él adulto hace, el es quien construye su mundo a través de las acciones y reflexiones que realiza al relacionarse con los objetos, acontecimientos y procesos que forman su realidad.

El es quien, tiene que elegir su propia actividad - pues sus actividades es concebida y se atiende de manera segmentaria a través de objetivos conductuales, desintegrado la conducta de la forma como realmente se da, ya que el niño el ser humano en general, en cualquiera de sus actividades responde como una totalidad integrada dentro de un contexto social.

Pero la forma de enseñar como llevarla a cabo es tarea del maestro ya que de el dependerá su creatividad pues el es el que guía y orientador sin necesidad de presionar al niño tomando en cuenta su propio interés para que de esta manera el vaya construyendo su formación como buen practicante de sus hábito.

El maestro es el que dirige y orienta al niño para -- que el se de cuenta a partir de sus acciones con los objetivos-- y para que vaya enriqueciendo cada vez más el conocimiento del-- mundo que lo rodea.

También deberá tener presente la necesidad de expre-- sarse y desplazarse con libertad y que además cualquier mani -- festación de su trabajo se respete y comprenda como un paso -- más de su desarrollo.

De allí la importancia de orientar la atención peda-- gógica sobre estas bases, con fin de favorecer el desarrollo de los niños que en muchos casos han crecido en ambientes limita-- dos en cuanto a oportunidad de juego, relaciones, con otro niño y acciones sobre objetivos o objetos variados.

El maestro tratará de proporcionar un medio enrique -- cedor para el desarrollo integral del niño. Como también se les debe de hacer que tengan conciencia de ellos, favorecer el in-- tercambio y coordinar las decisiones que ellos tomen.

Tomar siempre en cuenta que los adultos consideran -- como errores del niño, los hábitos que no son practicados en -- casa, estos no son tales expresiones del alcance que puede te-- ner el nivel de desarrollo en que se encuentra el niño, más a -- ún, que muchas de estas manifestaciones son creativas.

Toca a la educadora asumir que el niño es una persona con características propias en su modo de pensar y sentir.

Que necesita ser respetado por todos, y para quien - debe crearse un medio que favorezca sus relaciones con otras u otros niños, un medio que respete su ritmo de desarrollo individual tanto emocional como intelectual y social y además que le proporcione una organización dinámica que facilite su incorporación gradual a la vida social.

Generalmente las condiciones sanitarias en nuestra comunidad son pésimas y lo que se a logrado respecto a la higiene ha sido por labor de los profesores y las autoridades sanitarias.

Las educadoras son las personas indicadas para encasar al ser humano hacia la práctica de esas medidas higienicas que son recomendables para la conservación de la salud como individuo y de toda la comunidad.

Educar es ayudar al niño a desarrollar al maximo y en forma organizada y eficaz, sus capacidades naturales, esto es, promover mediante actividades idoneas nacidas de los intereses infantiles, la realización adecuada de la evolución propia de la especie para lograr que el individuo se realice como tal obteniendo así, del conjunto de individuos fines óptimos e integración congruente a la sociedad en que vive.

Hablando del niño, sabemos que el ingreso al jardín-de niños es un cambio importante en su vida. Ya que sale de su hogar y la familia para transformarse en un individuo eminentemente social, conectado con el ambiente que se amplia en forma extraordinaria para él.

En la primera infancia el niño realiza un gran esfuerzo biológico para adaptarse al ambiente físico, en la segunda infancia se afecta una profunda transformación psicosocial, el descubrimiento conciente de sí mismo y del ambiente que lo rodea, teniendo que adaptar su conducta a estos nuevos conocimientos.

El análisis del mundo circundante y su ajuste al mismo requiere de toda la actividad neuropsíquica del niño. Al finalizar esta etapa sufrirá un cambio menos aparente y largo, pero de tanta transcendencia como lo es la adolescencia.

El paso de la infancia a la edad escolar, lleva implícito una aparente regresión de ajuste que le llevará a hacer una nueva síntesis adecuada a su condición escolar.

La enseñanza de estos hábitos de higiene deben empezar desde la primera infancia en el niño. Difundiéndola en el medio familiar y social.

La escuela es uno de los pilares de la educación sanitaria y su tarea fundamental, es la de inculcar conocimientos

y hábitos sobre todo, tarea en la que es útil la participación del maestro, ya que el tratará de proporcionar un medio enriquecedor para el desarrollo integral del niño.

Por otra parte la higiene escolar y social es una materia básica de la enseñanza normal, y es una acción educativa donde algunos padres de familia hacen caso omiso de los cuidados de la higiene, repercutiendo esto en la salud física y mental del niño.

Debido a esto se ha realizado entrevistas a los niños del salón sobre higiene enterándome a través de ellas las consecuencias que la mala higiene ocasiona en la salud física y mental de los adultos. Estas entrevistas fueron aplicadas a los niños a través de las observaciones que se les hacen diariamente en el salón de clases y en una hora de trabajo, sacando a los niños antes del receso para que ellos por sí solos se dirijan al rincón de higiene y solos realizan su aseo correspondiente.

Nuestra experiencia como maestra es de dirigir y orientar al niño para que reflexione a partir de sus acciones con los objetivos, y para que vaya enriqueciendo cada vez más el conocimiento del mundo que lo rodea.

Los profesores deben cooperar para que el ambiente escolar sea tan agradable como sea posible. Para que el niño-

se sienta bien en su propia institución y a la vez ellos ayuden a conservar limpia la escuela. La temperatura es el factor más importante de la ventilación de los salones de clase donde estan los niños.

Pero nos hemos dado cuenta en nuestro contacto diario que existen niños que viven en condiciones muy desfavorables y ellos no llevan acabo la limpieza como debe ser.

Como docentes debemos inculcarles dentro del salón de clases que para ayudar a corregir estos errores lo debemos de practicar diariamente como costumbre en el jardín de niños y sobre todo en el hogar.

Pues en nuestro estado existen niños con coeficientes un poco bajo en lo que respecta al grado de madurez y esto lo conocemos por parte del centro de salud de la comunidad donde se dan a conocer las causas físicas de los niños, a través de los censos que se realizarón en la comunidad con ayuda de todo el personal del centro de salud, y las maestras del jardín de niños.

Es de suma importancia todos estos factores ya que afecta en gran parte la salud física y mental del niño, debido a esto queremos que los educadores mejoren sus condiciones de crecimiento y desarrollo, por medio de los hábitos de higiene que se practica y que además permitan ser activos en su hogar. Pues el hogar es el objetivo primordial para que de ahí dependa la buena salud del niño.

Ya que los ejidos de la región del Estado de Tabasco todavía están en vías de desarrollo por lo que es muy variado, su estado social ya que no cuenta con todos los servicios de salud necesarios para poder lograr en la niñez tabasqueña un desarrollo sano y vigoroso.

Y en la comunidad donde presto mi servicio prevalece la sociedad por lo que la gente tira la basura en la calle y esta es regada por los perros o por los propios habitantes -- pues no cuenta con los recolectores de basura, ya que estos son factores de diseminación de gérmenes que a su vez afectan a la comunidad en general, pero a pesar que es bien sabido -- por los habitantes ellos parecen ignorar las consecuencias -- que les puedan ocasionar con respecto a su propia salud.

Por lo tanto las educadoras deben llevar a cabo cierto requicito, que se refieren a la higiene, es necesario; -- además de seguir una dieta adecuada en el niño, para una buena salud y el desarrollo correcto del escolar se necesitan -- buenas condiciones, sanitarias e higiénicas y el estricto cumplimiento del aseo personal del niño.

Para esto se le debe enseñar al niño que él se debe de bañar diariamente, y mantener su escuela aseada, lavarse -- las manos antes de cada comida, cuidar su aspecto personal, -- ser cuidadoso con sus efectos personales y lavarse los dientes después de cada comida.

Ya que el baño diario en un niño es para sentirse limpio todo el día y que además estará libre de infecciones en la piel y en todas las partes de su cuerpo, por no dejar la sociedad sobre lo mismo; la que no se rescatará pues lo hidratará a diario con el agua del baño.

Y en cuanto a su escuela al niño que se le crea el amor a la escuela no permitiera que nadie le dañe o maltrate, en una escuela limpia o sucia consiste en hacer el trabajo de limpieza. La limpieza depende de dos cosas fundamentales: no tirar basura, levantar las cosas que ensucian, el lugar. uno debe hacer las dos cosas.

El lavado de las manos, de igual manera después de comer: sobre todo cuando se da algún alimento que se toma con las manos como: pan, tortilla, frutas etc. al lavarnos las manos debemos tener cuidado de levantar las mangas largas de la camisa. El mantener las manos limpias antes de cada comida o cuando se va a preparar algún alimento, ayuda a que no contaminemos lo que vamos a comer y por tanto permanezcamos sanos con dichos cuidados preventivos como también sus efectos personales.

Debemos recordar que existe un lugar para cada cosa y que cada cosa debe de permanecer en su lugar.

HIGIENE DEL INDIVIDUO

Figura 1. Observese el contraste entre la salud y la enfermedad física y mental del niño.



Figura 2. Una planeación higienica de nuestra comida.



Figura 3. Un desayuno bien escogido y bien equilibrado: jugo de naranja, huevo revuelto con jamón, biscochos, mantequilla o margarina y leche.

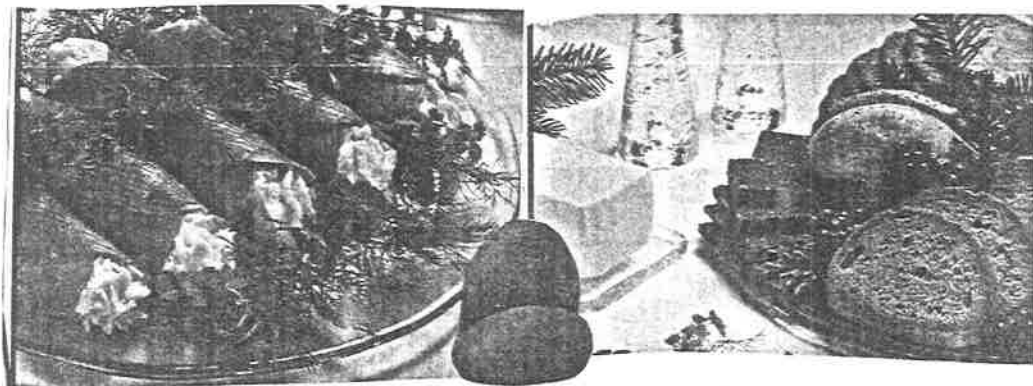


Figura 4. Una comida bien escogida y bien equilibrada: sopa de pollo con galletas, emparedado de queso amarillo en pan blanco integro, lechuga, tomate, durazno, galletas y leche.

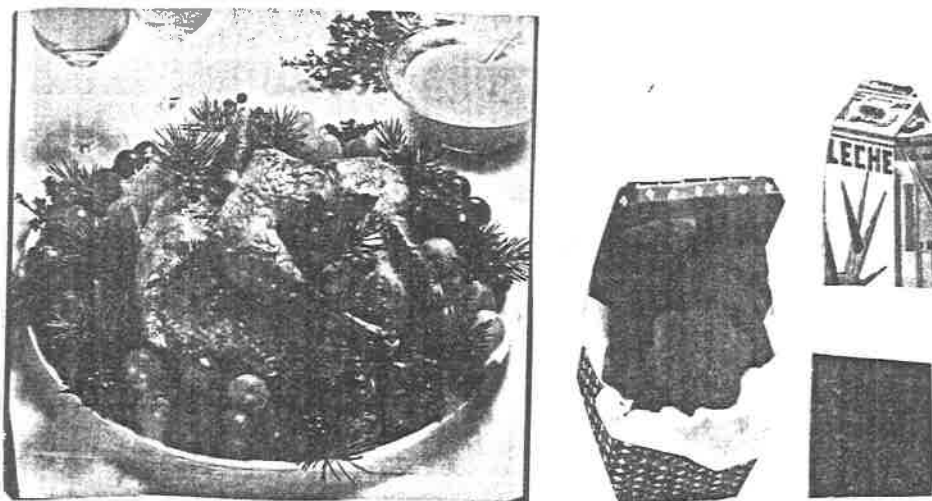
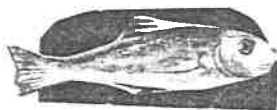


Figura 5. Una cena bien escogida y bien equilibrada: filite de pescaão hervido, zanahoria con mantequilla, betabeles con especias, ensaladas de frutas con gelatinas y salsa de crema, - pasteles de frutas y leche.



2. FUNDAMENTACION TEORICA.

Dentro de las funciones de mantenimiento está la higiene que es un sistema de principios y reglas para conservar la salud, como también tiene por objeto la prevención de enfermedades. Es un conjunto de condiciones de limpieza y sanidad en el ser humano, población o lugar.

Las medidas higiénicas puestas en práctica de una manera general y específica de la medicina preventiva, permiten evitar enfermedades infecciosas e epidémicas. La limpieza es el primer paso, para conservar la salud; permite a las personas sentirse cómodas, y evita focos de infecciones como también ayuda al mejoramiento de la ambientación de los lugares (Casas, Edificios, Lugares Públicos, etc.) para considerarse higiénicos estos deben reunir requisitos de orden arquitectónico o estructural, así como condiciones de limpieza, ventilación e iluminación adecuada. Para dar oportunidad a las personas que se encuentran desarrollando sus labores en dichas instituciones, hacerlas en forma cómodas y agradable ya que la higiene abarca además de esas medidas, otras muchas cuyo fin no es directamente la prevención de tal o cual padecimiento, sino el mejoramiento de la salud elemental del vigor individual o colectivo, pues en todos los planteles educativos es indispensable la creación de un ambiente totalmente saludable y propicio, para favorecer el desarrollo integral de los niños. (1)

(1) Secretaría de Educación Pública., Guía Didáctica de Administración Escolar. p. 12, México, 1983.

Como hemos mencionado al principio de este capítulo la higiene es una disciplina cuyas normas están encaminadas a conservar la salud, ya que la higiene se encuentra dividida en dos partes las cuales son: La Higiene Individual y la Higiene de la colectividad.

Higiene Individual.- Es un conjunto de normas y hábitos que nos llevan a conservar la salud de una sola persona.

Su finalidad es enseñar al hombre la práctica de hábitos y reglas, principios y medios para conservar su salud, - esta se subdivide en varios reglones que son: La Higiene pre - concepcional, la Prenatal y la Posnatal, cada una de estas se debe seguir al pie de la letra para poder lograr una buena salud.(2)

Según A. Fernández Cruz. Nos explica que el cuidado de nuestro cuerpo es básico para poder obtener una completa -- expresión de nuestras posibilidades. Considerémosle también -- como un delicado mecanismo de percepción que debe ser conser - vado con el mayor cuidado para que de esta manera pueda corres - ponder plenamente si se cuida, se limpia y engrasa una máquina ò un automovil por ejemplo:Podríamos decir porque no lo hace - mos con el instrumento que nos permite expresar claramente y - realizar lo que forjamos mentalmente.

Ya que nuestro cuerpo necesita de mucho cuidado para mantener una buena salud física y mental.

(2)Rodríguez Pinto Mario.,Anatomia Fisiologica de higiene p.- 195, México, 1978.

Física - Ciencia que tiene por objeto el estudio del cuerpo y sus propiedades, mientras no cambia su composición,— así como el de los agentes naturales como los fenómenos que en los cuerpos produce su influencia: Física Nuclear.

Mental- Pensamiento tener algo en la mente. Mentalidad. Intención, propósito: no está en mi mente hacerlo traer a la mente, recordar, (3)

Higienización o saneamiento es la aplicación del terreno de la salubridad, empleadas con muchas frecuencias a todas las personas.

Esta es la encargada del ser humano, pero también se puede admitir como higiene rural, lo cual se puede considerar — hasta cierto punto opuesto a la higiene urbana y esta se encarga a los pequeños conglomerados que existen en el campo, haciendas, ranchos, etc.

La higiene es el conjunto de reglas que nos lleva a — la conservación de la salud, por medio de la limpieza general de los vestidos, la higiene es la que se encarga de prevenir — toda clase de enfermedades y sobre todo, de mantener una salud, adecuada regenerar la especie protegiéndola de toda causa que pudiera dañarle.

Este concepto se encuentra derivado de varias materias las cuales son: La higiene Personal, la Higiene Ambiental y social, la Industrial, la de los alimentos, la Moderna Inge--

(3) A. Fernández Cruz, El Libro de La Salud. p. 55, Barcelona -- 1967.

niería de la comunidad, en resumen podríamos decir que es la -- ciencia que busca por muy diferentes medios la salud del ser -- humano.

Ya que es primordial la higiene del medio ya que com -- prende los diversos lugares en que el individuo permanece: Hogar, Escuela, Sitio o Lugares de Diversión, etc.

Las enfermedades comunes son las que se presentan en -- estos lugares, las características son: Externas, Caries Dental e Infecciones del Oído Externo y medio.

Ya que todos los alimentos deben ingerirse frescos y -- bien preparado higiénicamente ya que estos tienden a hecharse -- a perder y a traves de ellos causan enfermedades, como son: los microbios que llegan a los alimentos y encuentran encuentran en ellos un medio para multiplicarse y de esta manera sea la causa de que los descompongan rapidamente.(4)

Para la formación de hábitos es necesario que los ni -- ños cuiden su limpieza tanto de las manos como de los dientes -- ser aseado de la ropa, el cabello, y el calzado.

Sin embargo, los niños de los grados inferiores con -- frecuencia no saben lavarse las manos y limpiarse los dientes.

Los padres no deben dejar que sus hijos vivan de esa -- manera, sino que deben hablarle y explicarle al niño que en -- las manos sucias existen distintos microbios y huevos de helmi -- tos (lombriz), por esa razón no hay que llevarse las manos a la

(4) Tirado Benedi Domingo., La Enseñanza de las Ciencias Natura -- les . p. 43, México.

boca y hay que lavarse las manos antes de la comida después de ir al retrete, cuando estan sucias y antes de ir a dormir.

A traves de las manos pueden transmitirse distintas enfermedades infecciosas y parásitos. Sin falta hay que enseñarles a los niños lavarse las manos y limpiarse correctamente los dientes. Ya que muchas enfermedades pueden preverse.

En esto no hay nada de particular, ni de complejo debido a que existen instituciones que apoyan a familias de escasos recursos a traves de orientaciones en la cual se toman todas las medidas preventivas de cada una de ellas.

Son simples y están al alcance de cada familia, pues en nuestro cuerpo existen todas las enfermedades que tienden a desarrollarse. Y que pueden evitarse asistiendo a estas instituciones que nos apoyan y que son: Isste, Isset, Centro de Salud, Juan Granham, Dif., etc.(5)

Esta clase de higiene es muy importante en todos los lugares ya que de ella depende el mejoramiento sanitario, podemos decir si las autoridades nos ponen una administración suficientemente buena, pero si el pueblo no coopera o simplemente no pone de su parte para mejorar la higienización lógicamente existirá una higiene muy baja en nuestro lugar.

Ya que la higiene comprende las inspecciones y reinspecciones de los establecimientos en donde se labora, maneja o se expende artículos, alimentos, las que deben hacerse en restaurantes, hoteles, tiendas de abarrotes, carnicerías, expendios de leche y otros, etc.

(5) Studenikin M., Por la Salud de Nuestros Niños. Fuentes Impresoras. P. 130, 1976.

La expedición de tarjetas de salud, para todas las - personas que tienen que manejar dicho producto. La parte edu - cativa tiene que ver sobre todo con el régimen nacional de los habitantes.(6)

Las reglas principales sobre la higiene de la alimen - tación son las siguientes:

- 1.-La ración alimenticia debe ser suficiente.
- 2.-En la ración alimenticia deben permanecer en cantidades pro - porcionadas sus distintos componen - tes.
- 3.-Los alimentos deben ser siempre frescos.
- 4.-deben haber sido sometidos a una preparación previa que los haga más digeribles y que evite la ingestión de enfermeda - des, contaminantes.
- 5.- Se debe de tener en cuenta la influencia de los distintos - factores personales, estado de salud, edad, ocupación, ho - rario de comida estado psíquico, etc. Asi como otros facto - res del medio que deben ser tomados en cuenta o en consi - deración del medio en el que se ingieren los alimentos.

Estas son reglas de suma importancia que se deben de tener en cuenta para la obtención de las vitaminas y de las -- sales minerales.(7)

Los buenos hábitos alimenticios son muy importantes - a medida que el niño es más interesado en el mundo que lo ro -

(6)Salvador Bermudez., Nociones de Higiene p.29,México, 1977.

(7)Aguilar Gilberto.,La importancia de las medidas Higienicas - en la conservación de la Salud.p. 365, México, 1987

de su gusto para la comida, suele disminuir, si en esta época se le obliga comer, se le premia por hacerlo es posible que desarrolle el hábito de comer con dificultad ó de utilizar la comida como un medio de obtener lo que quiere.

La importancia en esta época es que el niño coma con gusto. No hay que hacer de las comidas ocasiones de pelea.

Frecuentemente, el niño acaba por odiar los alimentos que se le imponen por la fuerza, pequeñas cantidades de alimentos que servidas en forma atractiva, en una mesa de altura descubierta que el niño pueda manejar ayudarán mucho a desarrollar en él buen hábito alimenticio ya que al niño se guía exclusivamente por el apetito y sobre todo por las costumbres, que se manejan en todos los hogares. Tanto en su personalidad como en sus alimentos.

Para esto es recomendable que los alimentos sean bien cocidos y además que estos sean frescos, etc., para que crezcan niños sanos y fuertes, y para el resto de nuestras vidas ya que así es difícil enfermarse.(8)

Hay indicios de que una mala alimentación en la infancia puede retrasar el desarrollo mental. Niños que murieron de marasmo, la enfermedad de deficiencia de proteínas, tenían menos células cerebrales que los niños normales de la misma edad, y el cerebro de niños que habían sufrido de desnutrición durante la primera infancia, pasaba menos que el de los niños normales.

(8) C.E. Turner., Higiene Escolar. p. 365, México, 1982.

Los niños que tuvieron estenosis pilórica (un trastorno en la primera infancia en el que una obstrucción del intestino delgado causa vómito e inanición a corto plazo, si no se corrige quirúrgicamente), tenían poca capacidad para el aprendizaje, especialmente en cuanto a la memoria a corto plazo y la atención.

La desnutrición parece afectar las capacidades de los niños para prestar atención, y puesto que la falta de atención interfiere con el aprendizaje, esto puede afectar su desarrollo intelectual.

Afirmar que el hábito es una "Disposición adquirida y durable, para reproducir los mismos actos con creciente facilidad y perfección", es sólo haber conocido una parte de lo que se logra repitiendo una forma de conducta muy simple.

El hábito, es claro, comienza en la repetición consciente del aprendizaje y llega a hacerse rígido, automático y a reproducirse inconscientemente; sin desligarse de la unidad que caracteriza a la vida psíquica del hombre y al aprendizaje de nuevas adquisiciones conscientes.

Una definición dinámica del hábito según JOHN DEWEY cuando afirma: "Hábito es un modo de actuar adquirido, que contiene dentro de sí mismo un cierto ordenamiento y sistematización de elementos menores de acción; que es proyectivo y de cualidad dinámica, dispuesto para manifestarse exteriormente; que opera también en forma subordinada, siempre que no sea desde luego la actividad dominante"

El hábito es una fase menor o mayor del proceso de una conducta que significa en nuestra personalidad, cuya parte automática sólo se realiza a veces aisladamente.(9)

Hábito es la manera de vivir, tener malos hábitos, - costumbres, usos, usanza, regla, práctica, etc.

Por lo tanto la limpieza baño, etc., la piel es la envoltura exterior de nuestro cuerpo, su papel de protección es de tal manera importante, que si nos llegase a faltar, moriríamos en una cuantas horas, se ha dicho que el delgado revestimiento cutáneo es la única barrera exterior que nos separa de la muerte.

A los niños de edad Pre-escolar se le debe dar importancia en alguno de los asuntos que tienen dentro de estas actividades que son; La Clínica de Nutrición para Pre-escolar la atención mental de los mismos, la lucha contra los parásitos - intestinales, en la higiene escolar, la educación higiénica de los niños, el estudio de la "ficha de éste, la labor de vigilancia de la nutrición y del estado de los dientes, amígdalas ganglios, etc. , de los escolares, la vigilancia de los edificios- del equipo escolar, de los retretés. (10)

(9) Josué Sosa Castellano., Sintesis de Psicología General. p.- 156, México, 1970.

(10) Ibidem., p. 36

El hábito.- es una actitud adquirida para realizar -- con facilidad ciertos hechos o actos, más o menos complejos, o una disposición como: vestirse, comer, etc. en el primer caso, - se trata del hábito motriz o activo, en el segundo, del hábito-afectivo o pasivo.

Formación de los hábitos; trataremos únicamente de - la adquisición voluntaria del hábito motriz. En la mayoría del- caso el factor esencial es la repetición.

Adviertamos sin embargo, que cuando se habla de la - repetición de un mismo acto, se dice esto de manera convencio-- nal y abusiva. El niño que se limita a recopilar sus primeros - garabatos, jamás aprendería a escribir; es preciso corregir in- cesantemente y mejorar, tener presente en el espíritu un modelo mental que dirija los esfuerzos. Por otra parte, la repetición- está secundada por la descomposición de la acción en actos ele- mentales que se ejecuten, primero separadamente, para que lle-- gen a ser familiares, antes de recomponer el acto más complejo. Adviertamos, por último, el papel que desempeña la atención fa- cilitando la adquisición fácil y rápida del hábito. En cuanto a los hábitos pasivos, nacen de la acción prolongada de una influ- encia y de la graduación de su intencidad.

Los hábitos indispensables son: Motriz ó Activo, en- segundo término el hábito efectivo ó pasivo.

Y la manera de reforzar estos hábitos es realizando- todos los días como una rutina diaria en el jardín de niños, - antes de salir a receso y después de entrar, antes lo realiza-

remos a través de rondas y de cantos sobre el aseo personal -- del niño, ya que el niño aprende jugando, cantando, etc.

Las canciones son: Niño sano y alegre, San serafin - del monte, Niño aseado, etc.

Como también, sacarlos al baño para que ellos aprendan por sí solos a lavarse las manos, a la hora de comer sus - alimentos; esto se hace en el jardín de niños y en su hogares lo realizarán por medio de sus padres y para afirmar si en realidad se ésta llevando a la práctica, formariamos un comité - de madres de familia para que ellas se encarguen de visitar -- los hogares varios dias a la semana, revisando el aseo del niño.

Ya que el niño es un ser que todo lo que ve hace, - imita, etc. y así nos daríamos cuenta, cuándo el niño está ad - quiriendo buenos hábitos, cuándo él llegue al jardín de niños - y sin necesidad de decirle que se va a realizar el aseo personal, vaya y tome el material de aseo y se dirija por sí solo a realizarlo.

Ya que en la etapa del pre-escolar, que va de los -- tres a los seis años, el crecimiento del niño es menos rápido, pero en cambio el desarrollo de su personalidad se ve caracterizado por un rápido incremento de sus necesidades anímicas.

Esta etapa del desarrollo del niño requiere cuidado - especial en la prevención de todos los accidentes, pues los -- niños carentes de esta época, la posibilidad de reflexionar -- sobre sus actos, fácilmente pueden tomar sustancias cáusticas, medicamentos venenosos ó practicar juegos que ponen en peligro su vida. (11)

(11)Ibidem ., p.200

3. ESTRATEGIAS METODOLOGICAS

Lo que se pretende de esta propuesta es la de propi--ciar en el niño diferentes actividades como son: el de dar paseos, realizar conversaciones con Educadora-Educando, llevar al niño que explore, conozca aprendizaje más seguro y hacer que estos se sientan más interesados en el aprendizaje es difícil ya que el niño no se puede instruir de una forma capaz de realizar una máquina se deben buscar formas más eficaces para que este aprendizaje sea efectivo y autónomo para beneficio de él mismo y en el momento dado a la sociedad en que se dé ó se desenvuelve.

Todo estos factores son de suma importancia ya que afectan en gran parte la salud física y mental del niño, debido a esto queremos que los niños mejoren sus condiciones de crecimiento y desarrollo, por medio de la práctica de higiene que -- sean necesarios y que además permitan mantenerlos activos en -- su hogar.

También se busca un cambio en las actividades para que sean más eficaces obteniendo un mayor provecho sin menospreciar lo que se lleva a cabo en el jardín de niños.

Ya que al practicar los hábitos de higiene en el ja--rdín de niños que más adelante mencionamos es con el propósito de hacer comprender a los niños de la comunidad y del jardín -- que a través de estas actividades adquieran aprendizajes que le permitan más adelante el conocimiento que se lleva en el indivi--duo acerca de las necesidades a las que se han de enfrentar, la

educación integral de la salud; que corresponda al aseo personal, a través de un lavado de cabeza con cada uno de los niños que tengan estos insectos con un shampoo (HERKLIN), que es especialmente para esta clase de paracitos, debido a esto no le permite al niño desarrollarse bien ya que los debilita mentalmente.

Una de las causas principales de la buena alimentación es, ingerir frutas frescas de la época y alimentos que sean preparados higiénicamente, ya que estos ayudan al buen crecimiento y desarrollo del niño, para estudiar, mantenerse siempre sano, - así mismo se debe consumir pescado, huevo, carnes, y leche, estos son productos ricos en nutrición para nuestro organismo.

La higiene del medio, constituye uno de los elementos esenciales para mantener el organismo del niño en buen estado, - ya que la higiene es la base de toda relación humana.

Primordialmente, el baño diario protege a sus hijos de las muchas enfermedades que existen en el medio ambiente, y para hacer esto no es necesario que uno gaste tanto pues todo está al alcance de sus manos.

Los objetivos a alcanzar son muy interesantes porque nos dan respuestas positivas sobre los hábitos higiénicos, uno de ellos es el de formar un comité de los padres de familia y - alumnos para conocer a fondo las necesidades de la comunidad, - sobre la higiene que consistirá en elegir un presidente que lo formará con una educadora, en caso de ser unitaria se elegirá -- solamente un presidente, un secretario y vocales para que ayuden a llevar eficazmente esta propuesta.

Después se llevará a la práctica esta propuesta, con la finalidad de crearle al niño buenos hábitos higiénicos.

Por lo tanto el problema de estudio de este trabajo, es como impartir la educación sanitaria y a la vez, tomar parte de ellos en la responsabilidad de la protección, a través de la práctica de higiene, en el hogar y principalmente en la escuela

Por otra parte formaré el rincón de higiene, para -- mantener en buen estado la salud del niño, el cuál se formará -- con materiales que son: Cepillo Dental, Pasta Dental, Agua, una -- charola con agua para el lavado de las manos, Jabón, Vasos, Toa lla, Espejo y peine, etc. Todo estos materiales, deben estar al alcance de los niños para facilitar el manejo de ellos, ya que lo usaremos para dicha actividad, en todo el jardín de niños, -- pues el niño no debe depender siempre de la educadora para re-- partir el material, el debe de hacerlo por si solo, ya que el -- rincón, permite de que la educadora establezca mayor contacto -- con el niño, cuando va de un lugar a otro, ó de un grupo a otro compenetrándose con las actividades de cada niño y la que se -- realiza por equipo: ya que el mobiliario del que disponga, debe ser utilizado con flexibilidad en el sentido de qu pueda acomodar-- darse de distintas maneras según lo requiera la organización de las actividades, es recomendable, y en ocasiones será imprescin-- dible, que se destine un tiempo de cada dia de las actividades-- libres en los rincones de trabajo, sobre todo, cuando los niños han pasado mucho tiempo en actividades colectivas o fuera del-- Jardín de Niños, en visitas, excursiones, como los niños lo ne--

cesitan, ya que para crear este rincón no se requiere de grandes espacios, pero si de una distribución especial que permite a los niños identificarlo.

Para esto, también debe de existir en el jardín de niños, la participación de todos ya sea formando áreas de trabajo y formas de enseñanza de los hábitos.

El propósito de esto, es mantener una relación ó confianza entre los padres de familia y maestros para lograr los objetivos que nos hemos propuesto alcanzar.

Tener conocimiento de los factores que nos perjudican en el desarrollo del niño.

Que los niños conozcan el problema de las enfermedades como: desnutrición, paludismo, etc., y sobre todo, que ellos practiquen las medidas higiénicas, para prevenir dichas enfermedades, como el apoyo de los padres de familia, limpiando el patio de nuestra institución, desechando frascos, tumbos u objetos en los cuales se pueden almacenar agua en temporada de lluvia, para evitar que se desarrollen todas clases de insectos, se debe de rellenar todas las posas de agua y hacer limpieza general con la ayuda de todos.

Estas acciones, son indispensables para proteger su salud, ellos seran los que llevarán a sus casas para sostenerlo siempre, además, las personas de los centros de salud deben reunirse con los maestros y la comunidad en general, para dar una orientación o conferencia y a través de este medio se deben acabar en sus hogares.

Con la participación de todos en general, se podrá - combatir en su mayoría toda clase de enfermedades, ya que al - crearle el hábito de los alumnos debemos tener la seguridad de que habrá un futuro de una sociedad limpia e higienica en todo sus aspectos.

Ya que es importante, la comunicación entre grupos - de personas que participan con los maestros, los alumnos, son- los que se deben dar cuenta que existen con ellos mucha amis - tad ó confianza, para que de esta manera ellos se encuentren - motivados en los hábitos de higiene, uno de los principales -- problemas que se presentan en los padres, es una entrevista -- que se realiza al ingresar al jardin de niños, para conocer --- su forma de vida, su salud, su aspecto económico, su deseo de - continuar su educación, esto se elabora con el fin de saber en que nivel se encuentra el niño para detectarlo rápidamente.

Pero existen padres de familia, que no hablan con la verdad y es esto uno de los problemas.

La metodología que se utiliza en esta propuesta, es de establecer una conferencia ó seminario entre el centro de sa - lud y el jardin de niños, para que los alumnos, padres de fa -- milia y comunidad circundante, comprendan mediante asambleas - pedagógicas y con la ayuda de instituciones sanitarias, los -- malos hábitos de higiene.

Para llevar a cabo esta conferencia y seminario se - deben consultar libros, folletos, enciclopedias, etc., los da - tos que se deben obtener, a través de ellos se logra nuevos --

conocimientos que han ayudado mucho en la investigación.

A través de investigación, se logró informar de situaciones problemáticas, en la cuál se encuentra afectada la comunidad.

Utilizando la tecnología de observación directa para una mejor comprensión de la propuesta pedagógica con respecto a los niños de educación pre-escolar, el niño tiene la libertad de expresarse con todo lo que le rodea, por lo tanto la educadora, debe enriquecer sus áreas de trabajo y colocarlos al alcance, para que el niño tenga en donde despertar su propio interés, ya que el niño que ingresa al jardín de niños es para él una de las aventuras más importantes de su vida, de esta manera al niño, se le debe proporcionar todo lo necesario para la formación de hábitos de higiene, por que desde el momento que el niño ingresa al jardín de niños, se le orienta para que vaya creando normas fundamentales de autocuidado, que lo lleven a lograr la importancia de su salud y la de otros.

En el jardín la educadora, proporciona confianza a los niños con el fin de relacionarse más a fondo con ellos, para orientarles e intercambiar ideas, ya que ella es el guía en el aula, como también ella, debe explicar a los padres de familia que para que sus hijos tengan un desarrollo óptimo, ellos deben sentir la misma confianza con ella.

No toca al jardín de niños o a cualquier institución escolar, velar sobre la educación moral del alumno, en realidad esto es de carácter y de la educación moral del alumno y

esto corresponde a cada padre de familia o ambiente social, pero sin embargo hay que recalcar que la edad escolar, es la edad en que se forman los hábitos de disciplina, es decir, que es la única en donde se formará la educación higienica, esta educación debe formar hábitos de limpieza desde la cabeza, ropa, hasta los pies, en sí luchan contra los malos hábitos como son, el -- de meterse la mano a la boca, en la nariz , no aprender a te -- ner limpia su ropa, los peligros del juego en la calle, tener -- noción acerca de la nutrición, se podría citar miles de hábitos -- de limpieza e higiene tanto escolar como personal, que son de -- gran interés para el escolar, pero la forma en que se va a en -- señar es diferente ya que de aquí va a depender mucho la inicia -- tiva de querer conocer ese hábito de fomentarse.

Una de las formas más eficaces que se tienen en esta -- propuesta pedagógica es fomentar un rincón de higiene en el que se ubicará en una parte del jardín de niños, ya sea por el baño ó por donde sea disponible para los educandos, o de no ser sí -- sería recomendable: colocarlos en cada aula, y los encargados -- serían la educadora, directora, los padres de familia y alum -- nos en general.

Después de haber buscado el lugar donde se colocará el rincón de higiene, el segundo paso sería el de buscar material -- no costoso, conseguir ya sea por eventos sociales, Kermes, bazar -- rifas, etc., ó por donación de los padres de familia, sensibi -- lizandolos, que al final de esta actividad obtendrá un hijo lim -- pio e higienico.

Pero para este rincón ó esta actividad, que esté en --

buenas condiciones, debe ser supervisado por todos y a la vez dar su opinión para verificar si esta resultando o no, este rincón.

También se propone la forma de llevar a los niños a dar un paseo por la comunidad, y que estos observen; y den sus conocimientos ó hábitos adquiriendo a las personas visitadas, llevándoles folletos, laminas, que educadoras y educandos realizarán tomando en cuenta la participación de los padres de familia y directora.

En las referencias teóricas de la propuesta se mencionan los perjuicios que son; a causa de las faltas de higiene personal en los niños de dicho jardín, siendo la higiene, uno de los hábitos más importantes que debe tener toda persona para el cuidado de su salud, y para el proceso de enseñanza aprendizaje.

Al iniciar una mañana de trabajo, se necesita tener conocimiento acerca de los niños, para saber de que punto de partida y de donde viene el problema de ellos, para buscar las técnicas de trabajo, para ayudarlos y apoyarlos más y de esta manera, orientar también a sus padres sobre los hábitos de higiene.

Pero si nos ponemos a analizar este caso, para ver si radica el problema en los padres de familia y en nosotros los maestros, tenemos que aceptar nuestros errores y poner nuestro mayor esfuerzo, para superar esta etapa de una manera que no perjudique más nuestros niños, y así, lograr una mejor op--

ción de preparación, para que exista la confianza en nosotros como personas mayores y como educadoras.

Es muy importante, que los padres comprendan la responsabilidad que existe entre los maestros y los niños, y que una como maestra es quien debe de reforzar este conocimiento, poniendo en juego los resortes psicológicos que faciliten el establecimiento de los hábitos, con ahorro de tiempo y esfuerzo.

Al llevar a cabo nuestra labor educativa con cada uno de nuestros niños, nos daríamos cuenta de los resultados que ellos presentan, y ver en realidad si estamos saliendo adelante al haber elegido esta carrera.

Esta propuesta pedagógica, es para llevarla a cabo en un jardín de niños con edad pre-escolar de tres a seis años aunque se sabe que en esta etapa el desarrollo y entendimiento del niño es muy lento, pero su personalidad se ve a temprana edad, esta etapa de la vida requiere cuidados especiales, ya que, como no comprende todavía el peligro de las cosas que hacen los accidentes, fácilmente puede tener uno, como es el de tomar sustancias tóxicas.

Esata propuesta puede ser aplicada también a un nivel de educación primaria, en el que el niño tiene una participación más activa y eficaz, conociendo todos los hábitos de higiene y teniendo ya una personalidad más formada, aquí ya no debe de emplearse más la atención a los accidentes, si no a las normas aplicadas que debe conocer cada individuo, por lo cual es

tarea de la escuela, estar en buenas condiciones para que el niño encuentre un lugar grato lleno de nuevos conocimientos.

Uno de los objetivos que espera lograr esta propuesta pedagógica, es el de formar un comité con los padres de familia y alumno, para conocer a fondo las necesidades de la comunidad sobre la higiene.

Promover a través de la práctica, los hábitos de higiene repartiendo volantes, folletos, que le proporcionen las autoridades correspondientes.

Las conclusiones a las cuales se ha llegado en la realización de la propuesta son;

Es necesario que las educadoras al iniciar el año escolar, realicen, varios estudios con referencia a la comunidad al jardín de niños, para que sí, se puedan detectar todos los hábitos de higiene con que cuentan y realizar, cuando menos visitas domiciliarias para observar, si en realidad se llevan a cabo las normas de higiene.

En el jardín de niños existen gran relevancia, los obstáculos de enfermedades que son a causa de carencia de conocimientos; esto hace que el niño no haga uso del razonamiento adecuado y así, existen muchas fallas que son causadas en el educando, los tropiezos que causan el proceso de enseñanza-aprendizaje son: La desnutrición, los parásitos que siguen causando graves problemas a la comunidad y en especial, a los jardines de niños, un niño enfermizo de paludismo, diarrea, etc.- formado por la falta de higiene personal, que en esta edad ---

determina de manera importante su salud, este niño en el ciclo escolar no logra asimilar los conocimientos necesarios.

Los educadores siempre han tenido esa gran preocupación por eliminar los problemas de higiene y además darle una oportuna solución.

La responsabilidad del niño, se objetiva en tanto -- que evalúan un acto en función de su grado de conformidad a la ley, y no a la luz de las intenciones buenas o malas del aprendizaje, por lo que el hombre siempre se preocupa de la humanidad.

La evaluación que se va utilizar en este caso para -- esta propuesta pedagógica, es una evaluación inicial en la -- que se va a ver las formas de aplicar las actividades como -- son: el de formar el rincón de la higiene, llevar a cabo las -- actividades a realizar con entusiasmo e interés.

En el proceso de esta problemática, también se hará -- una evaluación permanente, la que consistirá en observar los -- fallos y buenas condiciones en que realizará esta propuesta.

Una evaluación final será, ver los resultados de esta propuesta, en la cuál se asegura tener buenos resultados -- con la responsabilidad y entusiasmo de la directora, educadora padres de familia, y alumnos.

Ya que para llevar a cabo una evaluación es con la -- finalidad de que la educadora haga una observación constante -- para con los niños, a través de las actividades que realizan -- cada día y durante todo el año escolar.

Para ellos no se requiere de formas especiales de -- registros, sino de una actitud atenta por parte de la educadora para descubrir los avances y dificultades que el niño va -- mostrando en su proceso de desarrollo, teniendo siempre presente los ejes de desarrollo del problema de trabajo.

Y para ayudarse a la retención de observaciones, que ella juzgue significativas, se sugiere, el uso de un cuadernillo en el que se destine algunas páginas a cada niño, donde -- anote el día que ocurra algún hecho sobresaliente de la conducta del niño por ejemplo: que pueda resolver por sí mismo un problema cuando antes había mostrado una mayor dependencia en ese sentido, cuando descubre algo que le halla pasado por desapercibido, cuando puede opinar sobre sus compañeros o la educadora., etc. o también cuando presenta desinterés, apatía o -- una regresión importante en relación a sus avances anteriores.

Esta evaluación consiste, en una actividad individual en las que los niños cometerán en grupo el resultado de su actividad.

Así también de la cooperación y no cooperación de los miembros del grupo, de los resultados obtenidos en función del objeto que se había propuesto como grupo total, de la participación de otros pequeños grupos, de sí mismo, y muy especialmente de las actividades y participación de la educadora.

De esta manera se incorporan como una actividad permanente, la autoevaluación y la coevaluación; esta consiste en el hecho de que la educadora también es sujeto de evaluación -- por parte del grupo.

Ya que ella observará en gran parte al grupo y se dará cuenta hasta dónde el niño ha alcanzado el nivel de madurez -- después hasta hace poco, la mayoría de las personas consideraban -- a los niños pequeños como criaturas relativamente indefensas -- y pasivas que renunciaban a su medio ambiente, en lugar de actuar sobre él, pero esto ya no es así. En la actualidad reconocemos que, desde el nacimiento , los bebés son seres humanos -- activos, que tienen la capacidad de influir sobre su ambiente,

El mundo del niño es, en parte, lo que ese niño haga de él. Este conocimiento podrá ser muy importante si lo aplicamos en la vida diaria, si aprenden que las medidas higiénicas -- son mejores, para conservar buena nuestra salud física y mental.

El desarrollo físico es determinado por la herencia y también por factores ambientales como: el nivel socioeconómico, -- la alimentación, la raza y el sexo. La mente se centra en el -- registro de la información en la memoria a corto plazo.

CONCLUSION

Lo que he descrito, se refiere a la parte del proceso educativo dedicado a la base de la educación higiénica, ya que en esto, se busca, un cambio de logro para los niños del mañana y para el desarrollo, físico y mental del niño.

Ya que en esto, se incluye el trabajo del maestro -- en todos los niveles educativos.

Este modelo nos sirve para formular, las metas de la salud del niño en edad pre-escolar y el de la propia escuela.

Al mismo tiempo, se ha iniciado el trabajo en el -- jardín de niños, sobre higiene para la salud del pre-escolar.

Y esto debe ser atendido por sus maestras de grupo, -- como una rutina diaria, ya que en este trabajo se encuentra -- empeñada la maestra, por los cambios higiénicos que se den -- para la buena salud del niño, pues es comprometedor porque de lo que hagamos hoy dependerá el futuro de la niñez.

SUGERENCIAS

Durante el tiempo en que realicé mi propuesta pedagógica, pude darme cuenta de la mala organización higiénica que existe en la comunidad.

Por lo cuál se formaron comités de madres de familia que voluntariamente deseen colaborar, dedicando su esfuerzo — para rescatar a los niños de la mala formación higiénica.

Se le aplicaron entrevistas a los niños, sobre las medidas higiénicas, para ver el gran cambio que el niño va teniendo en su salud física y mental.

Formar brigadas de padres de familia de la comunidad para que cuiden que no prevalescan sucias las calles de la --- comunidad.

Dirigir y orientar a los niños, a partir de sus acciones para que vayan enriqueciendo su conocimiento acerca de la higiene.

Practicar diariamente las medidas higiénicas en el niño, en la escuela y en su casa que son: Lavado de las manos, lavado de los dientes, cortarse las uñas, mantener su salón limpio, cuidar de no tirar la basura en las áreas verdes.

Sugiero, que todos estos puntos se practiquen diariamente para la formación de los buenos hábitos higiénicos en la comunidad.

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

- 1.- Secretaría de Educación Pública., Guía Didáctica de Administración Escolar.p. 12, México, 1983.
- 2.- Rodríguez Pinto Mario., Anatomía Fisilógica de Higiene p. -- 195, México, 1978.
- 3.- A. Fernández Cruz., El Libro de la Salud. p. 55, Barcelona-1967.
- 4.- Tirado Benedi Domingo., La Enseñanza de las Ciencias Naturales. p. 43, México, 1958.
- 5.- Studenikin M., Por la Salud de Nuestros Niños.P. 130, 1976.
- 6.- Salvador Bermudez., Nociones de Higiene. P. 29, México 1977
- 7.- Aguilar Gilberto., La Importancia de las Medidas Higienicas en la Conservación de la Salud.p. 365, México, 1987.
- 8.- C.E. Turner., Higiene Escolar.p. 365, México, 1982.
- 9.-José Sosa Castellano., Sintesis de Psicología General. p. - 156, México, 1970.
- 10.- Ibidem., p. 36.
- 11.- Ibidem., p. 200.