



UNIDAD
SEAD

311

SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA

1085A

✓ Higiene Escolar



Margarita Isabel Zapata Guillermo

INVESTIGACION DOCUMENTAL PRESENTADA PARA OPTAR POR
EL TITULO DE LICENCIADA EN EDUCACION PRIMARIA

MERIDA, YUC. 1981.

Constancia de terminación de trabajo
para titulación.

Mérida, Yuc ., a 8 de OCTUBRE de 19 81.

C. PROFR. A. MARGARITA ISABEL ZAPATA GUILLERMO,
Presente

Comunico a usted, que después de haber analizado el trabajo de
titulación, en la modalidad de "INVESTIGACION DOCUMENTAL",
titulado " HIGIENE ESCOLAR".

se considera terminado y aprobado, por lo tanto puede proceder
a ponerlo a consideración de la H. Comisión de Exámenes Profe-
sionales.

Atentamente



PROFR. ANDRES UC DZIB.

El asesor pedagógico

c.c.p. Interesado,
c.c.p. Expediente SEAD,
AUD/mace.

DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACION

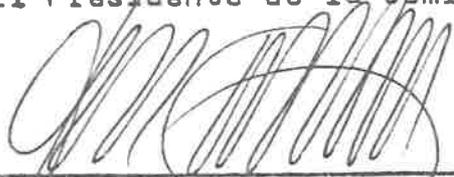
Mérida, Yuc, a 8 de OCTUBRE de 19 81

C. Profr. (a) MARGARITA ISABEL ZAPATA GUILLERMO.
Presente (nombre del egresado)

En mi calidad de Presidente de la Comisión de Exámenes --
Profesionales y después de haber analizado el trabajo de titula-
ción alternativa "INVESTIGACION DOCUMENTAL".
titulado "HIGIENE ESCOLAR".
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



PROFR. RUSSELL R. VALLEJO SANCHEZ,
(VASR-410203)



S.E.P.
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD SEAD
MÉRIDA

A mis padres: Profr. Pedro -
Zapata Baquedano y Profra. I
sabel Guillermo C. de Z.

A mi esposo: Profr. Jaime E.
Pérez Góngora.

A mi hijo Jorge Enrique.

A mis Maestros y Compañeros
de estudio de la Universidad
Pedagógica Nacional.

PROLOGO

La culminación de la carrera de Licenciado en Educación Primaria, será el momento en que el presente trabajo de Investigación Documental sea sometido a la consideración del H. Jurado y a través de la réplica lograr su aprobación.

Esta obra podrá ser comprendida por todos los maestros-que laboran en las escuelas primarias de nuestro país, por la forma clara y sencilla, pero con carácter profesional, en que se abordan temas de actualidad y de gran importancia; ligados con el Area de Educación para la Salud.

Preocupación de nuestro tiempo es que; junto al avance de la tecnología, resulta cada vez más alarmante el problema de la contaminación ambiental que sufrimos, y que los gobiernos combaten a través de sus distintas dependencias especializadas.

Sin embargo para conocer todas estas situaciones, existe un núcleo social llamado escuela, donde el educando va descubriendo progresivamente datos, aciertos y aplicaciones de interés colectivo relativos a la salud.

Así mismo se desea que este trabajo de investigación -- científica aporte conocimientos nuevos y sea de aceptación en el ámbito educativo en el que nos ha correspondido desempeñar la noble y trascendental profesión: Ser Maestro Mexicano.

SUSTENTANTE

Profra. Margarita Isabel Zapata Guillermo.

INDICE

	Página
PROLOGO	3
I. INTRODUCCION	6
II. HIGIENE ESCOLAR	8
A. Conceptos	8
B. Actitud del maestro respecto a la Higiene Escolar	12
C. La preparación del maestro en la formación de hábitos de higiene y limpieza	13
D. Influencia del medio	15
E. La higiene escolar en el medio ambiente	18
III. FUNDAMENTACION CIENTIFICA DE LOS HABITOS DE HIGIENE Y DE LIMPIEZA EN LOS EDUCANDOS	21
A. La Higiene: Ciencia auxiliar para conservar la salud	21
1. La Oicología	21
2. La Epidemiología	24
3. La Medicina Preventiva	25
4. La Inmunología	25
5. La Higiene Mental	25
6. Educación Higiénica	25
a. Microbiología	27
b. Patología	27
c. Parasitología	27
d. Serología	27
B. Importancia de la Higiene Escolar	28
C. Aspectos de la Higiene	29
1. Higiene personal	29
2. Higiene pública	29
3. Higiene de grupos determinados	30
a. Edad	30

	Página
b. Ocupación	31
c. Aspectos especiales	31
4. Higiene de la alimentación	31
5. Higiene del vestido	31
6. Higiene de la casa-habitación	32
IV. LA ESCUELA Y LA SALUD	33
A. La higiene escolar como parte de la educación para la salud	33
B. Instituciones encargadas de la higiene escolar	35
1. Secretaría de Salubridad y Asistencia	35
2. Dirección de Educación Higiénica	36
3. Dirección de Bienestar Social Rural	36
4. Secretaría de Gobernación	36
5. Dirección General de Higiene Escolar	37
6. Sistema del Desarrollo Integral de la Familia	37
V. ADQUISICION DE HABITOS DE LIMPIEZA EN EL TRABAJO ESCOLAR	38
A. Higiene personal del educando	38
1. Higiene Física	38
2. Estado de nutrición	38
3. Funcionamiento de los receptores sensoriales de los alumnos	39
4. La Educación Física	40
5. Higiene Mental del educando	41
6. Higiene Moral	42
B. La higiene escolar en el salón de clases	42
C. Objetivos y actividades de los Comités de Higiene	44
D. Campañas de higiene en la escuela primaria	47
VI. CONCLUSIONES	50
VII. SUGERENCIAS	52
GLOSARIO	54
BIBLIOGRAFIA	56
APENDICES	57

I. INTRODUCCION

El campo de acción de la Higiene es cada vez más amplio a causa de que las diversas ciencias relacionadas con ella, se amplían y se conectan con otras ramas del saber, por lo que la higiene moderna aborda al ser humano como parte integrante de los núcleos familiar y comunal, procurando conservar y mejorar la salud física, mental y moral de los individuos, entre los cuales destaca el niño, de donde derive la Higiene Escolar.

El conocimiento y aplicación de la higiene escolar en la escuela primaria queda confiada a los maestros, alumnos, padres de familia y autoridades sanitarias, quienes a través de los Comités de Higiene y de diversas campañas logran la adquisición y fijación de buenos hábitos higiénicos, para lograr el desarrollo armónico de los individuos a efecto de su mejor integración a la comunidad.

Este trabajo de Investigación Documental intitulado "Higiene Escolar", ha sido subdividido de la siguiente manera:

Higiene Escolar

Fundamentación Científica de los hábitos de higiene y de limpieza en los educandos

La Escuela y la salud

Adquisición de hábitos de limpieza en el trabajo escolar

Conclusiones

Sugerencias.

Contiene la interpretación de consultas bibliográficas y las experiencias adquiridas a través de la actividad docen-

cente durante quince años de servicios magisteriales, en que se ha podido confirmar que el buen funcionamiento higiénico - de las actividades humanas, que se refiere a la práctica de - buenos hábitos adquiridos en la escuela, permiten el desarrollo integral de los individuos, así como el buen desarrollo - de la comunidad, que es consecuencia de la higiene física y - mental de los individuos y las buenas condiciones del medio - ambiente.

II. HIGIENE ESCOLAR

A. Conceptos

La higiene es el arte científico de conservar la salud de las personas en el mejor estado físico y mental, es decir, que la higiene procura evitar las enfermedades y conservar la salud.

Como rama de la Medicina, la higiene abarca: la higiene corporal, que se refiere a los cuidados del cuerpo humano, y la higiene mental que comprende los cuidados de la mente, o sea la lucha en favor de mejores condiciones para el desarrollo de las funciones psíquicas.

Para lograr tanto la higiene corporal como la higiene mental, se requiere que los cuidados se realicen habitualmente.

El hábito es una costumbre arraigada en las personas y es la facilidad que se tiene en el desempeño de alguna actividad por la repetición de actos de la misma especie. Es también una disposición adquirida y durable para reproducir los mismos actos con creciente facilidad en beneficio de la seguridad personal y en relación con la higiene y la conservación de la salud del género humano.

Consecuentemente, la higiene comprende también hábitos relativos a la protección y mejoramiento de la salud del individuo y de la comunidad, así como la técnica adecuada para poner en práctica los conocimientos como parte importante de la Medicina y de la Cultura de los seres humanos, cuyo objetivo primordial es el de conservar y mejorar la salud, evi --

tando las enfermedades mediante un buen régimen de vida.

La enfermedad es uno de los peores azotes que ha sufrido la humanidad en el transcurso del tiempo. Los hombres de ciencia se han dedicado a combatir la enfermedad en beneficio de la raza humana, poniendo en ello sus mejores esfuerzos para lograr, a través del mejor estado de salud, las condiciones óptimas para el trabajo humano y el disfrute de los momentos de descanso.

En nuestros días no se presentan las grandes epidemias que en otros tiempos arruinaban poblaciones enteras: "... La fiebre amarilla, la viruela, el cólera, la peste y otros padecimientos, cuyos nombres causaban terror a nuestros ancestros han desaparecido, casi por completo. Los brotes que llegan a presentarse son fácilmente controlables."(1)

Las medidas de higiene puestas en práctica de una manera general y las específicas de la medicina preventiva adoptadas para combatir una enfermedad o epidemia, han hecho desaparecer las amenazas de angustia para la humanidad.

Sin embargo, hay casos en que los padecimientos subsisten y ocasionan grandes estragos en la humanidad, y principalmente en los niños, a pesar de que los agentes que ocasionan las enfermedades son conocidos y que existen medidas de previsión cuyo valor ha sido plenamente demostrado en la práctica. Ejemplo de lo anterior resultan las parasitosis intestinales, el paludismo y las enfermedades de origen hí-

Higiene Escolar. Juan Solá Mendoza, Editorial Trillas, México, 1979, página 13. (1)

drico que pudieran prevenirse en las personas, y no obstante, persisten en la población de extensas zonas.

Hay dos factores importantes que nulifican las medidas higiénicas o que impiden que se pongan en práctica adecuadamente; ellos son: la incultura, sinónimo de ignorancia y la pobreza excesiva de grandes sectores de la población.

La higiene de las comunidades tiene importancia tanto en lo relativo a la limpieza de la población como al aseo personal de sus habitantes, porque la higiene es equivalente a limpieza y nadie puede dudar que ésta es fiel acompañante de las personas que saben evitar las enfermedades y que en un plano general, los pueblos más limpios son los más sanos y más prósperos en los diversos niveles sociales y en las actividades humanas.

Considerando lo anterior y particularizando, el medio escolar requiere atenciones especiales con relación a las medidas higiénicas y las campañas sanitarias que deben observarse constantemente para evitar que la escuela se convierta en un foco de contagio para los educandos y maestros.

Mediante la higiene escolar los educandos deben adquirir hábitos de aseo, limpieza o pulcritud.

La higiene escolar permite al alumno adquirir conocimientos sobre la educación para la salud, al dictar las medidas para cuidar y mejorar la vida de niños y jóvenes durante su estancia en la escuela.

Además, la moderna Psicología y la Antropología Social al enseñar que el niño no es un elemento aislado, sino que forma parte de un grupo, es decir, está integrado en una uni-

dad simple pero bien organizada. Por tanto, toda actividad o labor educativa que pretenda beneficiar al niño que acude a la escuela, beneficia también en forma conjunta el núcleo social en que se desenvuelve, ya sea el grupo familiar o el grupo escolar; pues en estas dos unidades sociales es donde reside de inmediato lo bueno y lo malo que la sociedad puede proporcionar al niño en sus primeros años de vida.

Se considera que el íntegro desarrollo cultural de los educandos en la convivencia social, en los aspectos, físico, intelectual, moral, estético, económico y de capacitación para el trabajo útil y creador, en beneficio comunal, sólo puede lograrse mediante la base de una vida saludable y vigorosa.

Por consiguiente, la higiene escolar tiene los siguientes objetivos:

- determinar y vigilar el estado de salud de los educandos, observar y estudiar sus aptitudes y capacidades físicas, mentales y morales, para el mejor aprovechamiento de la enseñanza;
- la prevención de riesgos y enfermedades de la infancia durante la vida escolar;
- la enseñanza teórico-práctica de las normas para conservar, mejorar y lograr la salud individual y colectiva, con la formación de hábitos higiénicos;
- lograr la interrelación de la comunidad, de la familia y de la escuela para alcanzar el estado ideal de salud.

En base a tales objetivos la higiene escolar comprende los siguientes aspectos:

- educación para la salud de educandos, maestros y padres de familia;
- inspección para el mantenimiento de las instalaciones sanitarias de la escuela;
- promoción de saneamiento del ambiente;
- prevención de enfermedades infecciosas, accidentes, etc..

Expuesto lo anterior se percibe que la higiene escolar, que permite al alumno adquirir hábitos de limpieza en el trabajo de la escuela, está encomendada directamente al maestro, quien junto con sus alumnos ha de procurar que la escuela sea un modelo de limpieza, a fin de que la estancia del niño en el aula y el trabajo docente de los maestros, resulte agradable, y no sea entorpecido por causas antihigiénicas.

B. Actitud del maestro respecto a la higiene escolar

La buena disposición o actitud del maestro para resolver problemas de salud escolar y comunal, la colaboración que siempre brinda a las autoridades sanitarias y municipales cuando se le solicita para determinadas campañas de vacunación y revacunación de la niñez, se deben a su espíritu de comprensión hacia las necesidades de la población escolar que es la más delicada y urgida de servicios que le reporten mayores condiciones de salud durante su escolaridad. Por esto, el que es maestro desea que sus alumnos estén siempre sanos, alegres y entusiastas en desarrollo del proceso educativo y procura que todo contribuya a ese bienestar. Y entre tantos factores escolares de bienestar está sin duda alguna un em---

biente físico agradable y sobre todo limpio.

En relación con esto último, la labor del maestro consiste en dar el buen ejemplo a través de su actuación, crear hábitos de higiene y limpieza en los alumnos, así como también fomentarlos tanto para el beneficio personal como para el cuidado del edificio escolar.

También debe secundar la acción del médico de higiene escolar, llevando a la práctica las medidas y consejos que éste dicte y encaminados al mejoramiento de la salud de los educandos y de la comunidad.

La actividad del maestro adquiere gran importancia cuando se orienta hacia la educación para la salud, porque enriquece considerablemente el contenido de sus enseñanzas con medidas de aplicación práctica del mayor beneficio colectivo.

Por su convivencia con el alumno y por el ascendiente sobre los adultos de la comunidad, el maestro, es el indicado para iniciar y sostener en forma amplia las campañas educativas y sanitarias tendientes a la higienización del medio.

En toda comunidad la importante labor de educación higiénica que desarrolla el maestro es muy valiosa, y en ocasiones resulta ser la única que llega a la comunidad. Consiguientemente, la preparación del maestro en la educación para la salud y en otros conocimientos cuya aplicación conduzca al bienestar social debe ser amplia y sólida para poder desplegar eficientemente sus actividades en este aspecto de la educación general que es un objetivo de la escuela primaria.

C. La preparación del maestro en la formación de hábitos de higiene y limpieza

Durante su preparación profesional, el maestro normalista recibe la información adecuada en materia de higiene, que posteriormente ha de poner en práctica al ingresar al servicio magisterial, donde tendrá oportunidad de aplicar y ampliar sus conocimientos en beneficio de la niñez, en quien ha de cultivar hábitos de limpieza y de higiene.

El maestro debe obtener conocimientos sólidos y técnicos en materia de higiene escolar y una orientación que le permita la aplicación práctica de estos conocimientos en la escuela primaria.

En tal virtud, las escuelas normales, deben reunir condiciones higiénico-pedagógicas y sanitarias, en el más amplio concepto, para que los futuros maestros en el momento en que tengan a su cargo educandos, vivan en la realidad los postulados de la higiene.

El tipo de maestro que nuestro país requiere es aquel que, además de tener sólida preparación técnica, sea sano de cuerpo y espíritu, ejemplo vivo para sus alumnos, promotor constante de la salud física y mental de la niñez y la juventud.

El maestro ya en servicio sufre gran desgaste físico y mental como consecuencia de su trabajo docente y social, sumado a las tensiones nerviosas que ocasiona la vida moderna, las preocupaciones familiares y las económicas, por el elevado costo de la vida.

A pesar de lo anterior expuesto, el maestro no debe descuidar su preparación constante en lo general y sobre todo en materia de higiene escolar, para poder formar positivamente

te en sus alumnos los hábitos de higiene y de limpieza, epe--
gados al programa escolar y a las necesidades de la comuni --
dad.

El niño observa formas de conducta que demuestran la --
adquisición de normas de higiene y que ponen de manifiesto en
forma positiva la aplicación de hábitos higiénicos, tal es el
caso de su presencia personal que siempre debe ser agradable--
por la limpieza de su cuerpo y vestido, pelo corto y uñas lim--
pías.

Como se ve, la higiene escolar practicada en el medio --
ambiente resulta benéfica en todo momento en los lugares pú--
blicos, porque contribuye a mejorar la imagen de limpieza de--
la comunidad en que viven y se desenvuelven los niños, quie--
nes han de procurar mejorarla constantemente en su propio be--
neficio y de toda la población.

D. Influencia del medio

El medio ambiente en general es el conjunto de elemen--
tos naturales o creados por el hombre, que lo rodean en su vi--
da diaria.

En tal virtud se enseña a los alumnos sobre problemas --
de contaminación ambiental; por lo que están enterados que --
contaminante es toda substancia que por sí misma o por sus --
combinaciones, componentes o derivados químicos y biológicos,
que al incorporarse o adicionarse al agua, aire, tierra, pue--
de alterar o modificar las características de los elementos --
naturales del medio ambiente.

Las substancias contaminantes pueden ser: humos, polvos,

gases, cenizas, residuos y otras, que al penetrar a nuestro organismo lo lesionan. Otros contaminantes son el calor, las radioactividades, el frío y el ruido, que al operar sobre el aire, agua o tierra, alteran su estado normal, en perjuicio de la salud humana.

Los escolares aprenden que existen fuentes de contaminación natural y artificial. Ejemplo de las primeras son los terrenos erosionados y desecados, que con el viento ocasionan levantamientos de nubes de polvo, que constituyen medios de contaminación severos; las fuentes de contaminación artificial son productos propios de la tecnología y se clasifican en: "... fijos: como fábricas, termoeléctricas, talleres, plantas químicas, etc.; móviles: como locomotoras, coches, aviones, etc.; y diversos: como la basura, excusados, porquerizas, animales muertos, quema de llantas, etc.."(1)

Algunos efectos de la contaminación son muy notorios en la salud humana porque pueden producir: bronquitis, pulmonía, dolor de cabeza, vómitos, etc..

Cualquiera que sea el medio en que la persona permanezca: hogar, escuela, lugar de trabajo, lugar de recreación, -- etc., debe reunir los requisitos higiénicos indispensables en cuanto a ventilación, orientación, iluminación, temperatura, aseo, etc., porque según sea el medio así será la salud de -- las personas.

Unidad de Aprendizaje y Guía Temática para el Maestro. Comisión Intersecretarial de Saneamiento Ambiental, México, 1980, página 48.(1)

Así mismo deben ser objeto de vigilancia desde el punto de vista higiénicos los lugares en que por diversas circunstancias permanezcan en ellos conjuntos de personas, como es el caso de: los cines, teatros, templos, campos deportivos, que resultan lugares propicios para la fácil propagación de enfermedades.

Lo que se ha logrado respecto a la higienización del medio es relativamente poco, comparado con lo que falta por hacerse.

Las condiciones sanitarias de nuestro país se consideran generalmente como malas debido a circunstancias del medio que no han podido ser modificadas y que influyen en la salud de la población.

Entre las principales causas de la escasa higiene en que vive la mayoría del pueblo, están: la desnutrición, la enfermedad y la incultura. Estas causas actuando como factores determinantes de la conducta, hacen de muchos mexicanos elementos improductivos o con escasa iniciativa para el progreso individual o colectivo.

La influencia del medio para la adquisición de hábitos higiénicos está de acuerdo al lugar en que la escuela desarrolla su actividad educadora, bien sea en el campo o en la ciudad.

El campo es en general un medio favorable, pero las condiciones humanas negativas lo convierten en un medio difícil, que repercute en la educación de los individuos y en sus condiciones económicas, y porque les impide llevar una vida saludable tal como debiera ser.

Desgraciadamente prevalecen algunos factores en contra de la higiene rural, como: la ignorancia y el analfabetismo de la mayoría de sus habitantes, sus hábitos higiénicos casi nulos, carencia de la seguridad social, el alcoholismo, el tabaquismo, y otros vicios, que aminoran toda iniciativa para el desarrollo y la productividad.

La higiene urbana se refiere a la reunión y aglomeración de personas en las ciudades, creando numerosos problemas sanitarios de urgente solución, que aumentan por la constante emigración de los habitantes del campo a las ciudades, muchas veces en forma definitiva.

Los más importantes problemas sobre la higiene urbana atañen al aprovisionamiento del agua potable, el alejamiento y tratamiento de inmundicias, desechos y basuras; a la adquisición y distribución de alimentos humanos en condiciones sanitarias más precisas; a la conducta de la población en general que debe observarse con los enfermos y portadores de gérmenes contagiosos, a fin de evitar la propagación de enfermedades y la aparición de epidemias cuyo grave perjuicio para el desarrollo general de la población; instalación del drenaje, y también el fomento de áreas verdes de plazas y jardines.

Los problemas antes expuestos permiten apreciar la importancia de la higiene urbana y la influencia que ésta ejerce sobre los individuos, de la cual, deriva la buena salud física, mental y moral de sus habitantes, pero principalmente la de la niñez en período de integración.

E. La higiene escolar en el medio ambiente

La higiene escolar en el medio ambiente se concibe como

un proceso que necesariamente se basa o tiene como punto de partida el conocimiento que posee el educando de sus condiciones de vida higiénica en el hogar y en la comunidad, y que se refleja durante las actividades escolares.

En la escuela primaria el niño debe adquirir hábitos de higiene, señalados en el programa de Ciencias Naturales del grado que cursa. Dichos hábitos, se procura que el niño los fije en su personalidad, de manera que estos conocimientos tiendan a mejorar el medio ambiente en que se desenvuelve mediante la aplicación y observancia de los hábitos adquiridos en el aula escolar; como en el caso del aseo de las manos antes de las comidas y después de usar el baño; el aseo de la boca después de las comidas; bañarse y cambiarse de ropa diariamente.

Son varias y diversas las oportunidades que a diario se le presentan al educando y en las cuales tiene ocasión de poner en práctica los conocimientos y hábitos higiénicos respectivos. Consecuentemente, el niño con los conocimientos obtenidos en la escuela participa en su hogar y en la vida comunal realizando tareas que benefician la salud personal, la de su familia y la de su comunidad.

Entre las tareas que desempeña en el hogar podemos mencionar las siguientes: participación en el aseo de la casa, bien sea barriendo o trapeando los pisos; sacudir los muebles y deshollinado paredes y techos; deshierbando el jardín, el patio y el frente, recogiendo y quemando la basura, así como recolectando los cacharros que encuentre y tirando el agua estancada para evitar la proliferación de las moscas y mosquitos que, ocasionan múltiples enfermedades.

En la comunidad participa en actividades de limpieza -- bien sea evitando arrojar basura en la vía pública o con el -- buen uso de los elementos que las autoridades municipales han colocado en lugares apropiados.

Corresponde a la escuela la fijación y adquisición de -- hábitos de limpieza para que el niño se adapte fácilmente a -- la comunidad en la que le ha correspondido vivir y desenvol-- verse.

III. FUNDAMENTACION CIENTIFICA DE LOS HABITOS DE HIGIENE Y DE LIMPIEZA EN LOS EDUCANDOS

A. La Higiene: Ciencia auxiliar para conservar la salud

La higiene es el conjunto de conocimientos relacionados con la protección y mejoramiento de la salud del individuo y de la comunidad, siendo también la técnica adecuada para poner en práctica dichos conocimientos.

Es parte importante de la Medicina y actualmente la higiene es considerada como una ciencia, básica en la educación porque los programas escolares le conceden el mayor interés, y la propia Secretaría de Educación Pública ha considerado la Educación para la salud como parte indispensable de la educación general de la niñez y la juventud, incluyendo en sus programas de estudio las especialidades siguientes:

1. La Oicología, que estudia el medio ambiente en el cual vive y se desenvuelve el ser humano.

Esta rama es considerada actualmente con el nombre de Saneamiento Ambiental, que se relaciona con la conservación y el mejoramiento del medio ambiente.

Conservar y mejorar el medio ambiente significa la observancia de medidas sanitarias para lograr la pureza del aire que respiramos, del agua que tomamos; evitar el envenenamiento de la atmósfera con la quema de basuras, así como la proliferación de lugares considerados como contaminantes.

La contaminación es la presencia en el medio ambiente de materias o substancias que alteran las características de los elementos naturales del medio.

Si la tecnología moderna proporciona a la humanidad mayores comodidades y ciertas o mejores condiciones para el desarrollo económico y social, es innegable que en los últimos tiempos la contaminación del medio ambiente ha aumentado considerablemente, amenazando seriamente con deteriorar la salud y disminuir el tiempo y la calidad de la vida. Consecuentemente, cada día hay más ruido, polvo en la atmósfera (que respiramos y nos invade el organismo), basura, desperdicios (envases, cartones, botellas, latas, envases de aerosoles, etc.) , malos olores, suelos erosionados, agua y aire contaminados.

El agua es un elemento indispensable para la vida animal, vegetal y humana. El ser humano emplea el agua como alimento, bebida, elemento recreativo (mares, ríos, lagunas, cenotes, piscinas, patinaje sobre hielo, etc.), fuente de energía (plantas hidroeléctricas y máquinas a vapor), como elemento de aseo personal, de utensilios y el propio hogar; también para el riego de jardines, huertas y hortalizas, que luego se convierten en perfumes y alimentos.

Es deseable que el agua para el consumo humano sea potable y disponible en cantidad suficiente.

Los principales contaminantes del agua, según su uso , son:

- doméstico: detergentes, insecticidas, jabones, materias orgánicas y microorganismos fecales, entre otros;
- industrial: colorantes, metales, disolventes, grasas, ácidos, sales, pigmentos, desperdicios de petróleo;
- agrícola: insecticidas, aguas negras, sales inorgáni-

cas, plaguicidas, desechos animales y fertilizantes.

Cuando el agua no es potable se convierte en un medio - potencial de enfermedades que van desde padecerlas leve o gravemente hasta causar la muerte del individuo que la consume.

Las medidas para evitar la contaminación del agua en la escuela, pueden ser, entre otras: mantener con tapa los depósitos de agua potable, asear dos veces al año los tinacos, -- mantener limpias y aseadas las tomas de agua, evitar las fu-- gas de agua, manteniendo llaves y muebles sanitarios en co--- rrecto estado de funcionamiento y limpieza.

Los seres humanos deben colaborar en alguna forma para evitar los estragos de la contaminación ambiental. Por ello - ha sido preocupación de autoridades y maestros la forestación y reforestación de calles, avenidas, parques, zonas verdes, - debido a que los árboles purifican el aire que se respira y - contribuyen a estabilizar la temperatura y a regularizar la - temporada de lluvias. En cuanto al agua que consumimos se ha procurado la instalación del servicio público y domiciliario del agua potable, proveniente de mantos acuíferos a gran profundidad para evitar su contaminación, y con ello, las enfermedades y sus consecuencias.

En la escuela primaria es fundamental crear conciencia entre los educandos para que comprendan la importancia de --- conservar el medio ambiente en que se desenvuelven, como parte de la educación higiénica que todo individuo debe poseer.

También las autoridades sanitarias efectúan campañas -- para que la población colabore en la prevención de la conta-- minación ambiental, mediante visitas domiciliarias y confe --

rencias para orientar al pueblo en ésta tarea tan importante- de conservar y mejorar el ambiente.

2. La Epidemiología: que estudia las características de las enfermedades transmisibles y su profilaxis, o sea las causas directas o indirectas, la propagación de las enfermedades y sus efectos demográficos y económico-sociales en las comunidades.

Entre las enfermedades más comunes figuran: el catarro; y el dengue, caracterizado por situaciones de quebrantamiento de huesos y fuertes dolores de cabeza; las enfermedades infantiles: viruela, sarampión, tosferina, y las intestinales (que en épocas pasadas mermaban a la población). Otras enfermedades de la población adulta, son: la tuberculosis, tifoidea, - las venéreas, que han proliferado como consecuencia de la mala alimentación, el alcoholismo, la falta de educación sexual y la falta de control sanitario entre las mujeres que practican la prostitución.

El avance de la profilaxis como conjunto de medidas que se aplican para evitar la aparición y propagación de procesos que ocasionan las enfermedades, comprende tres tipos de actuaciones:

- tratamiento de los enfermos y personas portadoras de gérmenes;
- medidas generales de prevención: aislamiento, declaración obligatoria y procedimientos de saneamiento - (desinfección, desinsectación, condiciones de alimentación, mejoramiento de la vivienda);
- medidas de tipo específico que eviten las enfermeda-

dades, como: vacunas y aplicación de sueros inmunes.

3. La Medicina Preventiva, que estudia las medidas que deben ponerse en práctica para evitar la aparición o desarrollo de una enfermedad determinada o riesgos que pueden sobrevenir en algunas ocupaciones.

4. La Inmunología, que estudia la inmunidad o propiedad de algunas personas de permanecer libres de manifestaciones morbosas o enfermizas apreciables cuando se someten a la acción de una enfermedad determinada, veneno o microbio. La Inmunología corresponde a la Medicina Preventiva.

5. La Higiene Mental, que señala los medios para lograr un ajuste y desenvolvimiento de la personalidad en relación con las circunstancias perturbadoras de la mente humana. La higiene mental procura la integración de los elementos que constituyen una personalidad sana evitando la implantación de hábitos que pudieran perturbar el carácter.

A la higiene mental corresponde dos tareas importantes:

- prever los hábitos precisos de fomentar, bien sea por que servirán a la persona durante toda su vida, o bien porque ayudarán a la implantación de otros hábitos igualmente importantes;
- proporcionar las experiencias necesarias para someter o emplazar entre sí los hábitos convenientes y evitar los hábitos negativos.

6. Educación Higiénica, que comprende al educando, la familia y la comunidad, es el primer paso para obtener el provecho que se desea de la higiene en general. En lo referente

a. Microbiología. Se ocupa del estudio de los microorganismos, descripción de las especies, medios de vida y utilidad para el hombre en la posible intervención en procesos industriales (fermentaciones) y procesos agrícolas.

b. Patología. Rama de las ciencias biológicas que estudia las causas de las enfermedades y su tratamiento hasta su desaparición. Se subdivide en Patología Animal, Humana y Vegetal. La Patología Animal tiene fuentes de contacto con la Patología Humana: muchas enfermedades que padece el hombre son transmitidas por los animales, como en el caso de las mascotas de los niños (perro, gatos, pájaros, ardillas, etc) que por el contacto de ambos, el animal transmite al niño sus enfermedades.

c. Parasitología. Parte de la Historia Natural que estudia los parásitos que se alojan en el cuerpo humano.

d. Serología. Estudio del suero sanguíneo y las reacciones del laboratorio de Química para diagnosticar la causa de algunas enfermedades del ser humano.

Así como la Higiene es considerada una Ciencia auxiliar de la Medicina, la Higiene dispone de ciencias auxiliares entre las que destacan las siguientes:

- Estadística: que se ocupa del estudio, expresión e interpretación de los fenómenos sanitarios desde el punto de vista numérico, que permite conocer las proporciones de las enfermedades endémicas y epidémicas en determinadas épocas del año para dictar las medidas que tiendan a combatirlas.
- Física y Química: ciencias que estudian los fenómenos

naturales que fundamentan la mayor parte de los conocimientos médicos. Entre las causas físicas de las enfermedades podemos considerar los cambios atmosféricos bruscos, que originan males del aparato respiratorios; y entre las causas químicas podemos considerar las enfermedades del aparato digestivo, del circulatorio, que ameritan el examen químico del paciente para determinar la enfermedad y su tratamiento.

- **Ingeniería Sanitaria:** Se refiere fundamentalmente a los problemas técnicos de construcción que tienen gran relación con la salud pública.

B. Importancia de la higiene escolar.

Por su función social y educativa, la escuela es el lugar apropiado para llevar a cabo programas bien definidos de higiene escolar.

En ella se deben conocer, promover y ampliar las medidas higiénicas necesarias tendientes a lograr la aplicación de los preceptos de la higiene escolar.

El éxito de esta labor coloca al maestro como principal orientador respecto a la higiene escolar y sus objetivos se habrán hecho realidad cuando se logre a través de todos los medios disponibles que se lleven a la práctica la fijación y observancia de los hábitos higiénicos.

La importancia de la higiene escolar estriba en utilizar y aplicar las normas básicas de higiene a efecto de resolver las aspiraciones de nuestro país en materia de hicie-

ne y salud, traducidas en bienestar social que tiendan a observar y mejorar la salud integral de los educandos, maestros y padres de familia.

La educación higiénica de los niños queda confiada en buena parte a los maestros, pero es obligación de los padres completarla y afirmarla con buenos ejemplos.

La higiene escolar será razonada, esto es; se hará en tal forma que los niños comprendan el por qué de las reglas que se les hace acatar y que al llegar a cumplirlas y observarlas crearán en ellos hábitos higiénicos perdurables para su futura vida higiénica.

C. Aspectos de la higiene

Conforme las recomendaciones en la aplicación de medidas dispuestas por esta importante ciencia y disciplina, -- sus aspectos principales son :

1. Higiene personal. Es toda medida de higiene que comienza como su nombre lo indica en la persona. Se refiere al estudio de preceptos higiénicos que debe tener en cuenta todo individuo; desde luego básicos, tomando en cuenta que las características individuales conformen los grupos.

2. Higiene pública. Es el estudio de las condiciones sanitarias de los asentamientos humanos, bien sea en las --- grandes ciudades o en poblados del medio rural. Se refiere, consiguientemente a problemas de planificación, urbaniza -- ción, condiciones sanitarias de edificios y habitaciones.

Estudia el grave problema que significa el manejo sa-

nitario de los alimentos humanos, el alejamiento de la basura que constituye focos de infección que afectan a la población en general, el drenaje o desplazamiento de las aguas negras - de los domicilios o calles. Esta parte de la higiene señala - los lineamientos para las campañas sanitarias que constante-- mente deben emprenderse en todo el país o en determinada re-- gión considerada como insalubre.

Abarca el aspecto de la destrucción de basuras, enco-- mendadas directamente al gobierno municipal o a empresas par-- ticulares que cuentan con el personal suficiente y equipo a-- decuado para realizar dicha actividad, como son las barredo-- ras automáticas, carros para transportar la basura, depósitos o bancos de material de construcción, cuyo relleno tiene la - finalidad de aportar abonos para la formación de futuras ca-- pas de tierra de cultivo; los hornos crematorios en los merca-- dos, clínicas, edificios públicos, etc..

Se tiene el propósito gubernamental de seleccionar la - basura y posteriormente industrializarla obteniendo materia-- les de construcción de casas.

También comprende este aspecto de la higiene el uso de tarjetas de salud, controladas por la Secretaría de Salubri-- dad y Asistencia, obligatorias para las personas que expenden bebidas y alimentos al público, como una garantía en su co-- rrecto manejo.

3. Higiene de grupos determinados. A su vez, comprende los aspectos de:

- a. edad, que se refiere a la higiene de la infancia, de la adolescencia, etc.;

- b. ocupación, que comprende las características sanitarias de las industrias, previniendo los daños que pudieran recibir los obreros por las altas o bajas temperaturas del lugar en que laboran; por contacto o inhalación de sustancias tóxicas o partículas materiales dañinas;
- c. aspectos especiales, entre los que comprende la higiene escolar que abarca el medio escolar con sus atenciones especiales respecto a medidas higiénicas que deben practicarse para evitar que el ámbito escolar sea foco de contagio para los educandos y el maestro.

La escuela debe ser modelo de limpieza y proyectar su imagen a la comunidad; su construcción debe ser sólida y funcional a fin de que la permanencia en las aulas mas el trabajo que se realice resulte agradable y provechoso y se sienten atraídos hacia ella.

4. Higiene de la alimentación: Se refiere al manejo higiénico de los alimentos que consume la población con lo que se contribuye a preservar la salud, toda vez que una alimentación adecuada donde se consuman alimentos con características higiénicas óptimas permite al hombre vivir sano, desarrollarse bien, manteniendo la normalidad y buen funcionamiento del cuerpo y la mente para el buen rendimiento físico e intelectual con la menor fatiga.

5. Higiene del vestido. Trata de la limpieza de la ro-

pa y las propiedades higiénicas de algunas clases de telas, así como la indumentaria respectiva a cada región y época del año.

6. Higiene de la casa-habitación. Es en este lugar donde el niño, el joven y el adulto, ponen en práctica, los hábitos higiénicos adquiridos en la escuela.

IV. LA ESCUELA Y LA SALUD

A. La higiene escolar como parte de la educación para la salud

La higiene escolar dicta las medidas para cuidar y mejorar la salud de los niños y jóvenes durante su permanencia en la escuela.

En nuestro país las autoridades sanitarias dan poderoso impulso al cuidado de la niñez y de la juventud porque se considera que el total desarrollo cultural de los educandos, preferentemente en los aspectos físico, intelectual, artístico, moral, económico, social y de capacitación para el trabajo útil en beneficio personal y colectivo, solamente puede lograrse con el disfrute de una vida saludable.

Los objetivos de la educación para la salud implican -- normas para el establecimiento de conceptos actuales, no solamente de tipo biológico, sino cultural, social y económico, -- puesto que los procesos educativos tienen un amplio campo para involucrar tanto al fomento del bienestar físico como mental y social, bien sea con enfoque individual o comunal y abarque la dinámica familiar en primer término.

No es posible brindar educación para la salud a la mayoría de la población aplicando métodos tradicionales sino que necesariamente deben ser transformados para dar mayor validez y seguridad a los resultados que se desean. Por tanto, se requiere abordar con eficiencia a los grupos humanos de la población mediante programas de radio y televisión que establezcan una relación con las experiencias, y enseñanza-aprendizaje que se desarrollan en el ámbito escolar.

Este proceso de enseñanza-aprendizaje a grandes núcleos de población adquiere particular complejidad debido a que las personas poseen diversos grados de dificultad para la adquisición de dicho aprendizaje, por la resistencia natural que presentan para incrementar su acervo cultural, así como por los falsos conceptos arraigados sobre normas higiénicas, sobre todo, cuando se trata de personas que vienen del campo a la ciudad.

La propaganda comercial de los medios masivos de comunicación ha ocasionado la adopción de equivocados conceptos sobre la educación para la salud, como es el caso de la propaganda de insecticidas que dañan la salud humana, y que juntamente con desodorantes ocasionan contaminación ambiental; los cigarrillos y los licores que también causan serios daños a la salud e inclinan a los niños a la adquisición de hábitos nocivos, contrarrestando su capacidad de aprendizaje escolar y lesionando su desarrollo físico y mental.

En el hogar, la calle y la escuela, suelen suceder accidentes. En tal virtud, los niños reciben en la escuela nociones de educación vial y otras recomendaciones para evitar accidentes, tales como: caídas, atropellamientos, dislocaciones, quemaduras, cortaduras, indebida ingestión de alimentos, medicamentos y objetos extraños.

En la clase son tratados estos temas con amplitud mediante el desarrollo de Unidades de Trabajo. Durante la semana de higiene escolar se ofrecen pláticas a niños y padres de familia por los médicos de Higiene Escolar; también se ofrecen demostraciones de primeros auxilios, culminando con una exposición de trabajos redactados o integrados por los educandos.

Otra labor educativa de la escuela concierne a la nutrición y a la protección contra las caries dentales.

En tal virtud, se deduce que los objetivos fundamentales de la educación para la salud propugnan por el incremento del bienestar de la familia y la comunidad, así como para conseguir un cambio de conducta y disposición favorable al desarrollo de los grupos humanos en nuestra organización social - en la que la escuela desempeña un papel principal.

B. Instituciones encargadas de la Higiene Escolar

El maestro procurará establecer relaciones entre la escuela y las instituciones de higiene, a fin de complementar las labores de un programa conjunto. Los maestros, médicos, enfermeras, sociedades de padres de familia y de alumnos, tienen la obligación de dar aviso a las instituciones respectivas de todos los problemas de salud o de orden higiénico que se presentan en la comunidad donde laboren y que constituyen un peligro para la salud y el bienestar de la población. Las instituciones de salubridad, a su vez, tienen la obligación de prestar toda la ayuda que la escuela y las autoridades de la comunidad demanden, aportando: orientaciones, ayuda técnica y personal médico, médicos especialistas, medicamentos y los elementos indispensables para que la labor solicitada se realice sin tardanza en beneficio de la comunidad afectada.

Entre las instituciones encargadas de la higiene escolar destacan las siguientes:

1. Secretaría de Salubridad y Asistencia, que es el organismo del gobierno al que corresponde manejar los-

recursos técnicos y económicos de la Nación y atender los problemas relacionados con la salubridad. - Las diversas direcciones de esta Secretaría trabajan en forma coordinada, y desde el campo de acción que corresponde a cada una, facilitan la actividad de las demás dependencias de esta Secretaría. La coordinación de las labores y campañas sanitarias con otras Secretarías de Estado que contribuyen a beneficiar la salud pública con los programas sanitarios de los gobiernos estatales es de mucha importancia.

2. Dirección de Educación Higiénica, que tiene como función principal señalar las normas educativas que deben seguir las oficinas ejecutivas para hacer llegar informaciones sobre los beneficios de la higiene al público que acude a dicha dependencia.
3. Dirección de Bienestar Social Rural, dependiente de la Secretaría de Salubridad y Asistencia, que hace llegar los beneficios de la salubridad e higiene a toda la población del medio rural, instalando Centros de Bienestar Social Rural que promueven todos los aspectos de la salud pública en dicho medio a través de : Centros de educación colectiva, Granjas integrales y Talleres de Artesanía a los que concurren principalmente los niños y reciben además orientaciones sobre higiene escolar.
4. Secretaría de Gobernación, que desde el punto de vista higiénico coordina actividades de este género en favor de la población, principalmente la niñez, pre-

parándola para su ingreso a la escuela primaria.

5. Dirección General de Higiene Escolar, encargada de formular y dirigir los programas encaminados directamente a la niñez, facilitando orientaciones técnicas al magisterio para la realización de dichos programas.

Mediante las visitas a las escuelas y la auscultación directa de los niños consistente en el examen de ojos, oídos, dentadura, boca, garganta, pulmones, etc., vigilan directamente la salud del niño que acude a las aulas, a fin de aprovechar la enseñanza.

6. Sistema del Desarrollo Integral de la Familia, que a través de sus trabajadoras sociales, al visitar las escuelas, conocen directamente los casos de niños que requieren atención médica en los Centros Asistenciales establecidos en las capitales de los Estados.

V. ADQUISICION DE HABITOS DE LIMPIEZA EN EL TRABAJO ESCOLAR

A. Higiene personal del educando

Se refiere este aspecto a las medidas que es necesario poner en práctica para evitar que el niño adquiera enfermedades o sufra transtornos en su salud durante su escolaridad. La higiene personal del educando considera las medidas que deben practicarse para corregir o compensar ciertos defectos orgánicos o deficiencias funcionales que pudiera padecer; y comprende los siguientes aspectos:

1. Higiene Física. Durante su escolaridad (de 6 a 14 años de edad) , el educando se encuentra en pleno crecimiento o desarrollo físico. Es fácil advertir el crecimiento tomando en cuenta el aumento de peso, pero para saber si el -- crecimiento de un niño es normal, es necesario comparar su -- peso con el promedio del peso de muchos niños, de la misma -- edad, que sean sanos y del mismo lugar. Es completamente natural el hecho de que haya niños que crezcan más que otros, es difícil manejar los límites de mayor o menor, correspondientes a un crecimiento dentro de la normalidad. Para determinar si el desarrollo de un niño es normal, es necesario -- tener en cuenta las relaciones existentes entre los factores siguientes: edad, estatura, circunferencia torácica, peso, -- medidas de algunas circunferencias de masas musculares, etc. Al conjunto de las medidas físicas mencionadas, los datos obtenidos y a la manera de proceder para tal caso, se le nombra Antropometría.

2. Estado de nutrición. El alumno mal alimentado tiene

escaso desarrollo físico y su capacidad mental evoluciona -- lentamente. Para apreciar en forma sencilla el estado de nutrición de los alumnos, el maestro debe aprovechar la tabla de niños normales en cuanto a peso y talla que los pediatras ofrecen a través del I.S.S.S.T.E. como una colaboración al magisterio para conocer dichos índices de desarrollo.

También el actual Comité Ejecutivo Nacional del Sindicato Nacional de Trabajadores de la Educación ha distribuido entre el magisterio el Manual Pedagógico referente a higiene de la alimentación y nutrición del educando que aporta va liosas orientaciones para nuestra actividad en el aspecto de educación para la salud.

Lamentablemente atravesamos una época de difícil situación económica para la mayoría de las familias de donde proceden nuestros alumnos y a causa de la deficiente alimentación del niño escolar su rendimiento no es del todo satisfactorio.

3. Funcionamiento de los receptores sensoriales de los alumnos.

Para que el proceso del aprendizaje se realice en condiciones normales es necesario que el educando posea un buen funcionamiento de sus receptores sensoriales, principalmente de la vista y el oído. El maestro dispone de diversos procedimientos para darse cuenta del funcionamiento de esos sentidos de cada alumno de su clase, a más de las recomendaciones que brinde el Médico de Higiene Escolar al reconocer a los alumnos y que permiten al maestro conocer la capacidad de -- sus alumnos para ver y oír.

Para apreciar la agudeza auditiva de los niños, desde el inicio de labores escolares se efectúan en el aula sencillos exámenes recomendados por la S.E.P.. Igualmente para medir la agudeza visual se emplean las escalas optométricas, siendo las trabajadoras sociales del DIF y de Higiene Escolar quienes canalizan a los alumnos con estos problemas hacia los médicos especialistas en beneficio del rendimiento escolar y la salud del niño.

Los defectos visuales más comunes entre los educandos de nuestro medio como la miopía, la hipermetropía y el astigmatismo, pueden corregirse con el empleo de anteojos.

4. La Educación Física. Se refiere a la práctica del ejercicio físico: los juegos libres, los deportes y los juegos organizados, que contribuyen al desarrollo de un cuerpo sano y vigoroso, y es un auxiliar de la educación mental y moral del educando al poner en práctica factores importantes para la formación del carácter.

La Educación Física comprende los siguientes aspectos:

- gimnasia en grupos;
- corrección constante de las posiciones viciosas que adoptan los niños en el aula, al realizar sus trabajos, al caminar, al jugar, etc.;
- la práctica de los deportes, preferentemente al aire libre, los baños de agua y de sol.

El ejercicio físico debe estar de acuerdo con la edad, con el sexo, con la calidad de la alimentación y el estilo de salud del educando, debiendo realizarse con moderación.

Un grado acentuado de fatiga significa un gasto nervioso considerablemente y un derroche de energías de difícil -- recuperación. El ejercicio violento, es muy perjudicial porque: agota las energías, fatiga la mente, y expone al educando a sufrir lesiones del corazón.

5. Higiene mental del educando. Se refiere a la parte o aspecto de la higiene que permite desarrollar, conservar o mejorar el desenvolvimiento psíquico del educando y combatir las causas del desequilibrio mental. Tiene sus bases en los conocimientos de la Psiquiatría, la Sociología, la Pedagogía, y la Antropología. El hecho educativo descansa en el -- principio de que toda persona es resultante de la herencia y la influencia del medio ambiente.

La orientación pedagógica, la Psicología y la Sociología, explican los conceptos en que descansa la formación de la personalidad. La escuela y el hogar se encargan de lograr el mejoramiento de las relaciones humanas en el medio en que se desenvuelve el niño: el hogar, la escuela y la comunidad. Es de mucha importancia la cordialidad en las relaciones entre el educando y el maestro porque permite que el primero -- tenga confianza en el trabajo, verdadero agrado por asistir a la escuela y tienda a mejorar las relaciones con sus con--discípulos.

Las relaciones de padres de familia y maestros permiten mayor colaboración en el trabajo escolar creando situaciones que mejoran el ambiente socio-psicológico del educando. En el ámbito escolar el niño debe estar ocupado en actividades de trabajo y juego bajo la dirección del maestro de

grupo. Los trabajos y juegos en equipo desarrollan el sentido de colaboración del educando. El maestro debe saber que sus situaciones emocionales se proyectan en sus alumnos quienes lo imitan o adoptan. De ahí que el maestro debe ser siempre ante sus alumnos y la comunidad una persona afectuosa, alegre, confiada y servicial.

Los horarios escolares, el recreo y las vacaciones tienden a evitar la fatiga mental del educando.

6. Higiene Moral. La conducta del educando está constituida por reacciones instintivas y los reflejos condicionados de los hábitos adquiridos mediante la educación escolar o extraescolar. Ante las actitudes constructivas que significan espíritu de colaboración en el trabajo, destaca que mediante el esfuerzo colectivo debidamente planeado, se multiplica el rendimiento. Por ello, una función importante de la escuela consiste en enseñar al niño a participar en el esfuerzo colectivo; a fin de que todo hecho moral se traduzca en el cumplimiento de los deberes que significan un beneficio colectivo.

B. La higiene escolar en el salón de clases

Al ingresar el niño a la escuela primaria y tener contacto con lo que será su salón de clases, la primera impresión higiénica que reciba, prevalecerá en su mente por mucho tiempo, aun después de cursar su educación primaria.

La higiene en el salón de clases es de vital importancia porque contribuye a la formación de todos los hábitos higiénicos del niño, mismos que observará en la escuela, en su hogar y en la comunidad.

La personalidad del niño es de carácter moldeable y por ello deben aprovecharse todas sus inquietudes y energías para la creación de buenos hábitos.

La higiene escolar se inicia desde el saludo del niño - a sus maestros y a sus compañeros a la entrada del salón de - clases; y continúa con su correcta ubicación, la limpieza de sus útiles escolares, etc..

Es fundamental que para que el niño adquiriera buenos hábitos de higiene, el maestro debe ser la imagen de limpieza y pulcritud y poseer además buenos hábitos que demostraré en su actuación ante el grupo a su cargo.

Entre los hábitos higiénicos y de limpieza que adquieren los alumnos en el salón de clases a través de sus maestros, destaquen:

- escrupuloso aseo personal;
- usar y conservar limpios su ropa y calzado;
- cooperar eficazmente en la conservación y en la limpieza de su salón de clases, la escuela y todo sitio en que estudie; trabaje, o frecuente durante su escolaridad;
- alimentarse adecuadamente, tomando siempre alimentos sanos, y con horarios fijos;
- dormir ocho horas en las mejores condiciones higiénicas: cuartos frescos, limpios y bien ventilados;
- mantener el cuerpo en posturas correctas para evitar deformaciones en el esqueleto humano;
- trabajo y descanso equilibrado a su edad y condición

física;

- cooperar al mejoramiento higiénico de todas las obras emprendidas por su maestro y la escuela en general.

C. Objetivos y actividades de los Comités de Higiene

Actualmente tenemos diversas oportunidades de experimentar en nuestras escuelas los beneficios del trabajo realizado en equipo. Un claro ejemplo de este hecho sucede con los Comités de Higiene escolar, cuyos integrantes tienen asignadas diversas tareas bien delimitadas con el fin de lograr el objetivo que motivó su organización, o sea: la educación para la salud adquirida en la escuela y practicada en el hogar y en la comunidad, con repercusiones en la vida adulta.

Los objetivos fundamentales del Comité de Higiene escolar pueden resumirse en:

- Educación para la salud de escolares, maestros y padres de familia;
- inspección y trámite para el mantenimiento de las instalaciones sanitarias y escolares en general para mantenerlas en condiciones de buen servicio;
- localización efectiva de enfermedades escolares propias de la niñez y de la región;
- promoción de saneamiento ambiental de la comunidad;
- promoción de actividades deportivas y recreativas a nivel escolar, familiar y comunal;

- prevención de enfermedades infecciosas, accidentes en el ámbito escolar, el hogar y la comunidad; campañas contra las drogas: alcohol, tabaco, cemento, thinner, etc.;
- información y coordinación con los servicios y centros de educación para la salud escolar;
- trámite ante las instituciones públicas y privadas conectadas con el cuidado de la salud pública y responsables de la educación para la salud.

Un Comité de Higiene Escolar está integrado por un alumno representante de cada grupo escolar, un elemento de la asociación de padres de familia, un maestro de grupo, un médico de Higiene Escolar, todos coordinados por el Director de la escuela.

En el mes de septiembre de cada año escolar se integra el comité de higiene, y cada uno de sus integrantes comienza a desarrollar diversas actividades conforme a un plan preparado por el Consejo Técnico Escolar, y cuyas responsabilidades se distribuyen de la manera siguiente:

- Los padres de familia. A través de la asociación respectiva, promoverán las actividades del Comité de Higiene Escolar y prolongarán en su hogar las actividades relacionadas con el aseo e higiene personal, el aseo de la vivienda, la educación para la salud y el mejoramiento del medio ambiente, los eventos deportivos y de recreación organizados por la escuela y el posible control de hábitos nocivos para la salud.
- Los alumnos. Son los responsables de promover ante -

sus compañeros la higiene personal, el aseo y la limpieza del edificio escolar. Participan en la difusión de la educación para la salud y en la organización de eventos deportivos y de recreación. Sus consultas las harán al maestro comisionado de higiene del Consejo Técnico Escolar.

- Personal técnico de la salud. El médico participante en el Comité de Higiene Escolar, colaborará asesorando a los demás integrantes en el cumplimiento de sus funciones. Se le notificarán oportunamente los casos considerados como especiales, por deficiencias en el aprendizaje, trastornos en la conducta, enfermedades transmisibles, vigilancia en la vacunación y revacunación de los educandos. A su vez el médico recurrirá a las autoridades escolares y sanitarias con el fin de brindar una pronta y adecuada solución a los problemas de su competencia, conjuntamente con los maestros de grupo y el propio Director de la escuela atenderán los casos de enfermedades más comunes entre la niñez.

En cada caso el Médico de Higiene y el maestro canalizarán a estos niños hacia especialistas, para una pronta recuperación.

- Los maestros. Promoverán entre los demás componentes del Consejo Técnico Escolar las actividades planificadas, -- siendo responsables de algunas de éstas, como: supervisar las funciones de los educandos integrantes del comité de higiene; participar en la elaboración del programa de actividades y -- asisitir a las reuniones técnicas con el Médico de Higiene Escolar.

El Director de la Escuela es el coordinador de las ac--

tividades del Comité. Entre sus funciones destacan las siguientes: mantener comunicación constante con los integrantes del Comité de Higiene para conocer las actividades realizadas y establecer las directrices necesarias para el buen funcionamiento del Comité. También presidirá las reuniones de trabajo, y de ser necesario, delegará esta función en el maestro -comisionado de higiene integrante del comité.

Al ser desglosadas las actividades de cada integrante - del Comité de Higiene Escolar, destaca la importancia del trabajo desarrollado en equipo para obtener mayores beneficios.

Cada escuela decidirá sus propios mecanismos para la --selección de los integrantes del Comité de Higiene, procurando seleccionar a los maestros con capacidad organizativa e interesados en la salud de los niños y en la propia; a educan--dos con influencia positiva entre sus compañeros de clase que destaquen con notas sobresalientes en el estudio, así como a padres de familia entusiastas que puedan disponer de su tiempo libre para promover las actividades del Comité de Higiene Escolar en beneficio de la salud de la comunidad escolar que representan.

D. Campañas de higiene en la escuela primaria

En virtud de que los niños se contagian más fácilmente que los adultos porque tienen menor resistencia a las enfermedades, la escuela desarrolla campañas de higiene en forma - constante en beneficio de la educación higiénica de los edu--candos y se apoya en éstas para la creación de hábitos de limpieza; mediante pláticas y conferencias, el desarrollo del área de Ciencias Naturales, las visitas domiciliarias y la in-

tervención del Médico y del Comité de Higiene Escolar.

Las campañas de higiene que se llevan a cabo en la escuela primaria son:

- La importancia del examen médico, de la revisión frecuente de la vista, oído y boca, para la prevención o corrección de defectos o padecimientos físicos que afecten la capacidad de aprendizaje del niño;
- alimentación infantil adecuada para una buena salud y buen rendimiento escolar;
- la importancia del agua, su purificación, peligros -- del agua contaminada. Los peligros por consumo de refrescos o aguas expendidas en la vía pública;
- la lucha contra el tabaquismo y el alcoholismo, tan arraigado entre la juventud y población adulta, que propicien malos ejemplos a la niñez;
- la vacunación contra enfermedades propias de la niñez;
- el aseo de la escuela, que comprende la limpieza diaria de los pisos, mobiliario, anexos sanitarios, jardines y campos de recreo;
- el saneamiento y limpieza de la casa-habitación del niño y su familia, así como de calles y aceras circunvecinas, que constituyen su medio comunal;
- el impulso al deporte en sus diversas ramas;
- el indebido consumo de frutas verdes, chile y ácidos que dañen el aparato digestivo;

- el baño diario y el cambio de ropa;
- contra los malos hábitos personales tales como: comer se las uñas, mojar el lápiz con la saliva, chuparse los dedos, introducirse objetos en la boca, oídos y nariz, compartir los dulces, refrescos o golosinas;
- poner la basura en su lugar;
- evitar accidentes en el hogar, escuela y calle, a causa de tirar cáscaras de frutas, jugar en la calle, - desobedecer las instrucciones del personal de tránsito y no respetar las señales respectivas.

VI. CONCLUSIONES

- El hábito, en general, tiene su mayor significado en la niñez, pero la fijación del mismo se extiende a toda la vida del ser humano según su madurez y nivel cultural.
- La preparación del maestro en el aspecto higiénico es de vital importancia, pues además de ser un ejemplo para sus alumnos, es el promotor constante de la salud física y mental de la niñez y la juventud.
- El medio ambiente es el lugar en que habita y se desenvuelve un conglomerado humano, y comprende aspectos relacionados con la habitación, la alimentación, la recreación, la contaminación y la conservación del mismo para el mejor estado de vida de los grupos humanos.
- Mediante la higiene escolar los educandos adquieren hábitos de aseo, limpieza y pulcritud durante su estancia en la escuela.
- La propaganda comercial de los medios masivos de comunicación han ocasionado la adquisición de hábitos nocivos para la salud humana, contrarrestando los conceptos que la escuela primaria proporciona.
- Es muy importante la participación de médicos, enfermeras y trabajadoras sociales en la detección de problemas de salud y deficiencias auditivas y visuales en los educandos.
- El funcionamiento del Comité de Higiene Escolar propugna en el ámbito escolar la realización de objetivos señalados en educación para la salud establecidos por la S.E.P.

- Las campañas de higiene en la escuela primaria son básicas para la adquisición de la educación higiénica de los educandos.

VII. SUGERENCIAS

- La escuela primaria es el lugar donde deben fomentarse la fijación y adquisición de buenos hábitos, para que el educando se adapte fácilmente al medio en que le corresponda desenvolverse.
- El maestro debe obtener una sólida preparación, así como conocimientos técnicos en materia de higiene escolar para aplicarlos prácticamente en donde sea adscrito.
- La escuela primaria debe crear conciencia entre educandos y padres de familia a efecto de comprender la importancia de conservar el medio ambiente en que se desenvuelve para evitar la contaminación.
- La escuela debe ser modelo de limpieza y proyectar su imagen a la comunidad para que los educandos se sientan atraídos hacia ella.
- Las autoridades de la S.E.P. deben restringir el abuso de temas negativos de los medios masivos de comunicación; cuanto daño causan a la población y principalmente a la niñez.
- El maestro debe establecer relaciones entre la escuela y las instituciones encargadas de la higiene escolar y brindar su entusiasta colaboración en beneficio de la comunidad y de sus alumnos.
- Los integrantes del Comité de Higiene Escolar, formado por maestros, alumnos y padres de familia, interesados en la salud de los niños y en la propia, deberán promover activida-

des en beneficio de la salud de la comunidad escolar que re
presentan.

- Las campañas de higiene en la escuela primaria deben desa--
rollarse en forma constante.

GLOSARIO

A

ACUIFERO: Referente al agua.

C

COADYUVAR: Ayudar a la consecución de alguna cosa.

COMUNAL: Relativo a la comunidad o conjunto de habitantes de un lugar.

CONTAMINACION: Alteración de la pureza de alguna cosa, como: el agua, el aire, los alimentos, etc.

D

DEMOGRAFICO: Relativo al estudio de la colectividad humana - en su evolución histórica.

DETECCION: Poner de manifiesto por métodos físicos lo que no puede ser observado directamente.

E

EROSION: Desgaste producido en la superficie de un cuerpo por la acción de otro cuerpo semejante o extraño.

ESCRUPULOSO: Exacto, limpio, cuidadoso.

F

FECALISMO: Relativo al excremento intestinal que no se desecha en condiciones sanitarias y que contribuye a la contaminación ambiental.

FERTILIZANTE: Que fecunda la tierra para la abundancia de la cosecha.

FORESTACION: Acción y efecto de poblar un terreno con plantas propias de los bosques.

I

INMUNE: Libre del contagio de ciertas enfermedades.

M

MORBOSO: Alteración de la salud del cuerpo humano; enfermedad.

P

POTENCIAL: Que tiene en sí potencia o energía.

PROPUGNAR: Amparar, defender.

R

REFORESTACION: Acción y efecto de repoblar un terreno, calle, avenida o parque público con plantas forestales.

S

SANEAMIENTO: Acción y efecto de brindar salubridad a un lugar.

V

VISUAL: Perteneciente al sentido de la vista como medio para ver.

BIBLIOGRAFIA

ALONSO, Dámaso, et al; Diccionario de la Lengua Española, España, Espasa-Calpe S.A., 1970. 1424 páginas.

BATALLA, María Agustina, et al; Higiene Escolar, México D.F., Editorial Osis, 1979. 202 páginas.

BERMUDEZ, Salvador, Dr.; Nociones de Higiene, México, Editorial Diana, 1978. 200 páginas.

COMISION INTERSECRETARIAL DE SANEAMIENTO AMBIENTAL; Unidad de Aprendizaje y Guía Temática para el Maestro, México, D.F., Dir. rec. Gral. de Pub. y Bibliotecas de la S.E.P., 1980. 87 páginas.

DIRECCION GENERAL DE HIGIENE; Educación para la salud, México D.F., Dir. Gral. de Pub. y Bibliotecas de la S.E.P., 1979. 249 páginas.

FEINBLOOM, Richard, I., et al; Enciclopedia de la Salud del Niño, México, Editorial Diana, 1979. 360 páginas.

MARTINEZ, Emiliano, et al; Enciclopedia Técnica de la Educación, España, Editorial Santillana S.A., 1972. 847 páginas.

MUNGUÍA, Zatarain, Irma; Salcedo Aquino, José Manuel; Técnicas de Investigación Documental II. Manual de Consulta, México, Universidad Pedagógica Nacional, 1980. 235 páginas.

RAGAN, William, B., et al; El Currículum en la Escuela Primaria, Buenos Aires, Edit. El Ateneo, 1979. 478 páginas.

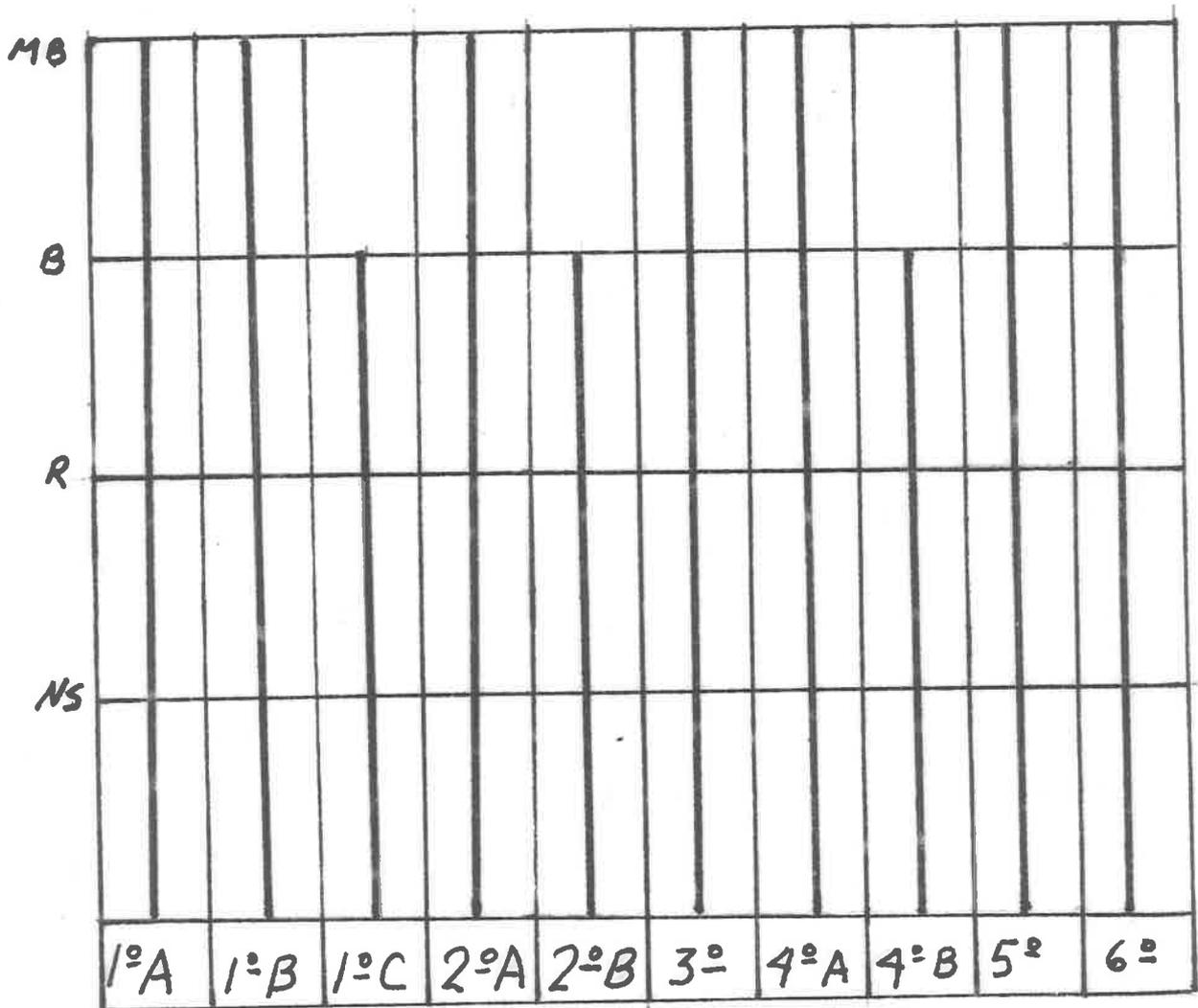
RAMIREZ, Roque; Higiene Escolar, México, D.F., Editorial Osis, 1956. 175 páginas.

SOLA, Mendoza, Juan; Higiene Escolar, México, D.F., Editorial Trillas, 1979. 249 páginas.

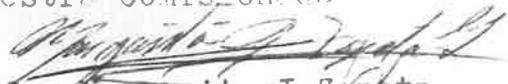
FUNCIONES DE LAS INSTITUCIONES ENCARGADAS DE
LA HIGIENE ESCOLAR

Escuela	Creación y fijación de hábitos higiénicos a través de campañas permanentes .
S.S.A.	Manejo de recursos técnicos y económicos del país y coordinación de las campañas sanitarias tendientes a lograr la salud pública .
Dirección de Educación Higiénica	Señalamiento de normas educativas sobre beneficios de la Higiene a la Comunidad .
Dirección de Bienestar Social Rural	Beneficia al Medio Rural promoviendo la salud pública a través de Centros de Educación Colectiva .
Secretaría de Gobernación	Coordinación de programas encaminados a lograr principalmente la salud de la niñez .
Dirección General de Higiene Escolar	Brinda orientaciones técnicas al Magisterio para realizar los programas relativos a la higiene .
Sistema de Desarrollo Integral de la Familia	Canalizar a través de trabajadores sociales casos que requieran atención médica a centros asistenciales del Estado .

Gráfica de Aseo Personal de los alumnos de la
 Escuela Primaria Urbana Federal 3166729 "Emiliano Zapata"
 Colonia Lázaro Cárdenas. Mérida, Yucatán.
 Marzo de 1981




 Vp.Bo.
 Director de la Escuela
 SECP
 EDUC
 Profra. Lillio G. Sab. Palomo
 CAPL-350416
 MÉRIDA
 YUCATÁN
 MÉXICO

Maestra Comisionada

 Profra. Margarita I. Zapata
 ZAGM-460710