



SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA

COMO LOGRAR UNA ADECUADA HIGIENE
PERSONAL PARA OBTENER UN MEJOR
APROVECHAMIENTO ESCOLAR

ISABEL LOPEZ DE LA CRUZ

PROPUESTA PEDAGOGICA PRESENTADA PARA
OBTENER EL TITULO DE:

LICENCIADO EN
EDUCACION PRIMARIA



Tlaxiahuacán, Tab., 1994

DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACION

Villahermosa , Tabasco , a 29 de Septiembre de 1994.

Profr. (a) ISABEL LOPEZ DE LA CRUZ


(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: " COMO LOGRAR UNA ADECUADA HIGIENE PERSONAL PARA OBTENER UN MEJOR APROVECHAMIENTO 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


Virginia Del C. Domínguez E.
LIC. VIRGINIA DEL C. DOMÍNGUEZ E.

D E D I C A T O R I A S

A MIS PADRES:

Con todo cariño porque
me sirvieron de estímulo
los para seguir adelante
en mis estudios.

A MIS HIJOS:

Ingrid y José Alberto por
su comprensión, ternura y
cariño que me mostraron -
durante mi ausencia con -
motivo de los estudios sa-
batinos.

A MIS ASESORES Y COMPAÑEROS
DE ESTUDIOS.

Por la confianza y el apoyo,
que me brindaron en los años
de estudios.

I N D I C E

PAGINAS

INTRODUCCION	1
1. LA IMPORTANCIA DE LA HIGIENE	3
1.1 La higiene y su origen	3
1.2 Definición de higiene	4
1.3 Tipos de higiene	5
1.3.1 Higiene personal	5
1.3.2 Higiene mental	9
1.3.3 Higiene pública	11
1.3.4 Higiene social	15
2. CONSECUENCIAS DE LA FALTA DE HIGIENE	18
2.1 Daños en la salud	18
2.2 Deterioro de la imagen del individuo	22
2.3 Perjuicio en la enseñanza-aprendizaje	23
2.4 La higiene y su influencia en el aprovechamiento - escolar	26
3. LA FAMILIA	31
3.1 Definición de familia	31
3.2 Responsabilidad familiar	32
3.3 La irresponsabilidad familiar	33
3.4 Relación entre irresponsabilidad y la falta de hi- giene	33
3.5 Factores que originan la irresponsabilidad famili- ar	34
4. MARCO REFERENCIAL	37
5. PROPUESTA PEDAGOGICA Y ESTRATEGIAS METODOLOGICAS .	41
6. APLICACION Y ANALISIS	46

CONCLUSIONES	54
SUGERENCIAS	56
BIBLIOGRAFIA	58
ANEXOS	

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

Los maestros siempre se han ocupado de observar y detectar los problemas más significativos del grupo que se les encomienda. Esta propuesta pedagógica nace de la necesidad de romper algunas costumbres antihigiénicas de la comunidad escolar; ya que se observó apatía, por parte de los padres, en el aseo corporal de sus hijos.

De acuerdo a lo antes expuesto se decidió realizar la Propuesta Pedagógica: "COMO LOGRAR UNA ADECUADA HIGIENE PERSONAL-PARA OBTENER UN MEJOR APROVECHAMIENTO ESCOLAR". En la cual se detallan las principales perspectivas teóricas acerca de la higiene.

El motivo a elegir esta propuesta fue que al considerar - que la higiene personal es un factor de relevante importancia en el desarrollo físico, mental y educativo de los niños. Esto nos ha preocupado profundamente, ya que nos vemos perjudicados en el desarrollo del proceso enseñanza-aprendizaje.

Por lo tanto se propone alcanzar un sólo objetivo:
"Fomentar el hábito de la higiene personal para lograr ayudar a un mejor desarrollo en la educación de todos los alumnos.

Este trabajo consta de 6 capítulos, conclusiones, sugerencias, bibliografía y anexos los cuales se detallarán a grandes rasgos.

En el capítulo 1 se dá a conocer el origen de la higiene, que es en sí la higiene y los tipos de higiene que hay, como - son la personal, mental, pública, y social, para tener conocimientos bien fundados y sobre cada uno de los problemas de higiene, sobre todo la personal y podernos enfrentar a ellos con

más seguridad.

En el capítulo 2 se hace referencia de las consecuencias que tiene la falta de higiene, como daños en la salud, deterioro de la imagen del individuo, perjuicio en la enseñanza-aprendizaje, la higiene y su influencia en el aprovechamiento escolar.

Ahora en el capítulo 3 considerando el papel fundamental que juega la familia y sobre todo el de los padres de familia, se hace mención de lo que es la familia, la responsabilidad e irresponsabilidad familiar, así como los factores que originan esta irresponsabilidad familiar.

Por lo que respecta al capítulo 4 tomando cuenta la escuela donde se señala el problema de la falta de higiene personal, así como también el grupo donde se detectó la problemática como también la comunidad en donde se encuentra ubicada la escuela.

En el capítulo 5 se manifiesta la Propuesta Pedagógica y Estrategias Metodológicas en esta se trata de dar solución a los diversos problemas de higiene, elaborando estrategias que en realidad sean aplicables en pro de la superación de estos problemas, se hace una propuesta para el primer ciclo y otra para el tercer ciclo ya que este problema se ubica en el primer ciclo.

Ahora en el capítulo 6 se detalla la aplicación y el análisis de la propuesta, en esta se encuentran las actividades realizadas durante la aplicación, así como también sus logros y su magnitud de esta propuesta.

Finalmente se encuentran las conclusiones, sugerencias y bibliografía, así como también los anexos que sirven de apoyo a este trabajo.

1. LA IMPORTANCIA DE LA HIGIENE

1.1 La higiene y su origen

El constante interés del hombre por conservar la salud como base del bienestar humano ha dado origen a la higiene, la cual definimos como la conservación y perfeccionamiento de la salud, de la mente, del hogar, de la comunidad y de todo cuanto nos rodea.

Nacen las primeras reglas de higiene con el hombre obedeciendo a la ley de la conservación y de la existencia, siendo puramente instintivas. La historia enseña que las prácticas de aseo corporal y general han tenido alternativas en su evolución de acuerdo a la religión, la raza, las costumbres, etc. -- muchos siglos antes de la era cristiana, egipcios y griegos empleaban el baño para la limpieza del cuerpo y habían comprendido la utilidad de arrojar las aguas sucias al mar.

Las primeras nociones de higiene empiezan con los libros-sagrados como son: la Biblia, el Rig-Veda, el Corán y el Talmud, los cuales contenían reglas de higiene de mucha importancia.

El hombre siempre ha tenido la preocupación por conservar la salud para su propio bienestar, y esto se confirma con el hecho de que los antiguos griegos rendían culto a Higia, diosa de la salud, y a Esculapio, dios de la medicina, y que los primitivos mexicanos hayan venerado a Tocihuatl (Nuestra madre), -- (Nuestra abuela), divinidad tutelar de la medicina llamada igualmente Teteuvinnon Iyolo.

La salud ha sido considerada por el hombre desde la más remota antigüedad como un "don precioso" a este respecto recor

demos el célebre ideal de los griegos "lograr tener una mente-sana dentro de un cuerpo sano".

En la actualidad, nuestra civilización debe darle mucha importancia a la higiene, a tal grado que debe ser considerada como el elemento básico del proceso social al que pertenecemos

1.2 Definición de higiene

La palabra higiene significa en griego casa-sana. El significado de esta palabra ha ido evolucionando desde sus inicios (estudio de la conservación de la salud y la vida), hasta el concepto que de ella se tiene hoy, que además de mejorar y conservar la salud, se encarga de prevenir las enfermedades.

El campo de acción de la higiene se hace cada vez más amplio como consecuencia de que las múltiples ciencias que se relacionan con ella como son: la fisiología, la patología, la bacteriología, la parasitología, la física, la química, etc. -- progresan considerablemente y así de acuerdo con Alperrín "la higiene moderna aborda al ser humano como integrante del núcleo familiar o unidad social y extiende su alcance a toda la sociedad cuya salud física, mental y moral procura conservar y mejorar". (1)

Al difundir nociones y principios para preservar la salud la higiene se propone transformarlos en hábitos, incorporándolos a las costumbres, trata de conservar y formar una conciencia sanitaria y prevenir la enfermedad antes que curarla.

Se considera que los causantes principales que impiden -- que se lleve a cabo las medidas de higiene adecuadamente son: la incultura y la pobreza.

(1) ALPERRIN, Higiene escolar, p. 9.

1.3 Tipos de higiene

A través de la historia de la humanidad, el hombre ha ido realizando transformaciones trascendentales al medio en que vive y a su forma de actuar y de convivir con los que los rodea, además ha ido adquiriendo hábitos por medio del intercambio -- cultural que se ha sucitado entre las diferentes naciones, entre esos hábitos se encuentra el de la higiene que más que una formación del intercambio cultural, surge como una necesidad - del humano, para poder conservar su salud; la cual según sus - características se ha dividido en tres partes: higiene perso-- nal, higiene pública e higiene social, las que a su vez se han- subdividido y que a continuación detallaremos de la siguiente - manera:

1.3.1 Higiene personal

La higiene personal o individual comprende todos aquellos principios que afectan a la salvaguarda de la salud del individuo, tanto en lo relativo a las más elementales normas de aseo y limpieza personal, como el cuidado específico de determina-- dos órganos o funciones y de la salud mental. Alperrín sostiene que "la higiene individual da consejos acerca del aseo corporal y el cuidado de órganos y aparatos con sus respectivas - funciones; se ocupa de la salud mental y sexual". (2)

Las funciones y cuidados más importantes que debemos conocer de nuestro cuerpo para mantenerlo en óptimas condiciones - higiénicas son las siguientes:

(2) ALPERRIN, Curso de higiene, p. 4.

La piel desempeña entre otras funciones la de eliminar a través de sus poros diversas sustancias de excreción disueltas en el sudor. Dicha función es de vital importancia, pues contribuye a que el cuerpo se libere de sustancias que le son perjudiciales. Tanto el polvo, como otros factores del medio, al ponerse en contacto con la piel, obstruyen los poros dificultando así el desempeño de dicha función, por lo que se hace indispensable el baño diario para mantenerla limpia.

Existen diversos tipos de baño atendiendo a la forma de tomarlo, puede ser de regadera, tina, alberca, mar, etc. y a la temperatura del agua que uno desee, ya sea fría, tibia o caliente.

El baño más recomendable, tanto por la economía del agua que se emplea como por sus condiciones higiénicas es el de regadera con agua tibia.

Independiente del baño diario es indispensable realizar con cierta frecuencia el aseo de diversas partes del cuerpo, tales como: las manos, los dientes, la cabeza, los pies, etc.

El aseo frecuente de las manos y en particular antes de tomar los alimentos, es indispensable, por la sencilla razón de que en la vida diaria estamos tocando diversos objetos sucios que son fuentes de transmisión de diversos gérmenes patógenos, los que pueden introducirse al organismo; si con las manos sucias tomamos los alimentos o tenemos el hábito de estar tocando los ojos o los oídos, introduciéndonos los dedos a la boca o a la nariz. El aseo de las manos debe hacerse con agua y jabón abundante.

En la boca existen normalmente diversos microorganismos que se nutren de los residuos alimenticios que quedan en ella después de haber tomado alimentos, originando fermentaciones -

que producen mal aliento y condiciones adecuadas para la destrucción del esmalte, materia protectora de los dientes, causando caries que de no ser atendidas en forma conveniente a la larga hacen que se pierdan las piezas dentarias afectadas. Todo lo anterior justifica la necesidad del aseo de los dientes después de tomar los alimentos, pero sobre todo después de la cena, pues de otra manera la acción destructora de las bacterias se ejercen durante la noche. Los dientes deben asearse con un cepillo y un dentrífico apropiado.

La vista y el oído son órganos de los sentidos que más intervienen en la vida diaria, por lo que es necesario debidamente asearlos, para la limpieza de los ojos deben usarse pañuelos, toallas, algodón, etc. de manera personal para evitar la transmisión de enfermedades.

Después de extraído el cuerpo extraño, deben aplicarse unas gotas de un colirio cualquiera para evitar cualquier infección.

En caso que no se extraiga el cuerpo extraño se debe recurrir al oculista o en su defecto al médico familiar, pues cualquier maniobra inadecuada puede lesionar muy seriamente la vista.

El oído es el órgano receptor de las ondas sonoras y que consta de tres partes: el oído externo, el oído medio, y el oído interno. Es conveniente asearse este órgano quitando la cerilla que en él se acumula, para así lograr una adecuada captación de los sonidos.

Cuando penetran en el conducto auditivo externo insectos como: hormigas, cucarachitas, etc. deben acostarse a las personas de un lado y ponérseles en el oído varias gotas de aceite de olivo o mineral y esperar un buen rato para que el insecto-

muera asfixiado. Después el individuo cambiará de posición para que su oído quede hacia abajo y salga el aceite que arrastrará al insecto.

Si se trata de semillas o cualquier otro objeto que se ha ya introducido al conducto auditivo, debe recurrirse al médico para su extracción.

Además de todos los cuidados y limpieza de los órganos y algunas partes de nuestro cuerpo, también es importante realizar el aseo de nuestra ropa, pues las prendas de vestir necesitan reunir determinados requisitos para contribuir a la conservación de la salud.

El material que se usa para fabricarlas, lo mismo que la forma y ajuste al cuerpo, debe estar de acuerdo con el clima, la edad y la actividad del individuo. Recordemos que la función esencial del vestido es la de proteger al organismo de los diversos factores del medio que pueden alterar su salud, como: cambios bruscos de temperaturas, climas extremos, polvo, etc.

El vestido debe mantenerse limpio y cambiarse con frecuencia a fin de evitar que en él se alojen tanto gérmenes patógenos como otros organismos (piojos, pulgas, chinches, etc.), que frecuentemente son vehículos de transmisión de enfermedades.

La ropa interior que está en contacto directo con la piel debe conservarse también escrupulosamente limpia, pues por impregnarse del sudor e impureza de la misma, puede contaminarla con mayor facilidad.

Es aconsejable el uso de ropa especial para dormir, que debe ser más holgada para facilitar durante el descanso, la actividad respiratoria y la circulatoria.

También el cuerpo humano, como el de todos los seres vi--

vos pueden compararse con una estructura mecanizada que trabaja porque ambos necesitan energías para desempeñar las actividades que llevan a cabo, y porque dicha energía es propiciada por el material que proviene del mundo exterior.

Los alimentos constituyen los materiales que el organismo aprovecha para la obtención de la energía indispensable en el desempeño de las actividades inherentes a la conservación de la vida.

En relación con los alimentos se puede y debe hacerse una serie de consideraciones en lo que se refiere a la calidad como a la cantidad de los mismos.

La calidad de los alimentos está relacionada con las diversas sustancias alimenticias que los constituyen y con su grado de frescura, así como a las condiciones higiénicas en que se conservan hasta su consumo.

Se debe ingerir la cantidad de alimentos necesarios para satisfacer sus necesidades calorigénicas y plásticas o formativas. Ingerir mayor cantidad de alimentos produce trastornos digestivos.

Estas prácticas las debe realizar el individuo a fin de conservar sano su aparato digestivo, cuya función principal consiste en transformar los alimentos en materiales asimilables para lograr el correcto funcionamiento del cuerpo. Cualquier práctica incorrecta en nuestra alimentación puede ocasionarnos la pérdida de la salud.

1.3.2 Higiene mental

El organismo es una unidad en la que podemos distinguir tanto el aspecto físico como la actividad mental íntimamente

relacionados, consideramos que los hábitos de higiene mental - que tienden a conservar la salud del sistema nervioso o de la mente son de tanta importancia como los otros hábitos higiénicos. Según Aguayo nos dice:

La higiene mental es la parte de la higiene que estudia - no sólo ese equilibrio del espíritu indispensable para -- convivir en el grupo humano y social al que pertenecemos; sino también la corrección de los trastornos de la mente que llenan la vida de dificultades y dolores; pero sobre todo, la higiene mental se ocupa de la prevención de tales trastornos y conflictos por medio del ajuste e integración de los factores que constituyen la personalidad.-
(3)

La higiene mental contribuye a conservar el estado mental más conveniente, a fin de que la persona pueda obtener el mayor éxito en las actividades que realizan y para que viva de la manera más agradable posible, al evitar problemas molestos con el mundo que le rodea y consiga el mayor bienestar en todos los aspectos de la vida.

Estar sano mentalmente, implica sentirse dispuesto para el trabajo diario y las naturales dificultades de la vida, además de mantener una buena disposición íntima cuando las circunstancias nos deprimen, irritan, disgustan o exaltan, haciéndonos víctimas de injusticias, errores o infamias.

Disfrutar de una buena salud mental supone vivir en paz consigo mismo y con quienes nos rodean, en un intercambio adecuado y que el recibir implica necesariamente el dar.

A la prevención de alteraciones de la salud mental y a la conservación de la misma contribuyen una serie de prácticas o

(3) AGUAYO, Higiene escolar, p. 104.

hábitos higiénicos que denominamos: de trabajo, descanso y recreación.

El organismo en condiciones adecuadas de salud, dispone siempre de una cantidad de energía, que le permite realizar una serie de actividades diversas, o dicho de otra manera, un ser vivo normalmente está capacitado para el trabajo, tanto físico como mental; es más, quizás no sería exagerado indicar que la actividad y la vida pueden ser considerada sinónimas. La actividad debe estar de acuerdo con la edad y condiciones de salud del sujeto, y tanto la física como la mental deben ser equitativamente distribuidas, y las jornadas o etapas de trabajo deben alternar con períodos de descanso y recreación.

Es por esto de gran importancia una adecuada distribución del tiempo, acerca del cual, en términos generales se está de acuerdo en que una tercera parte del día se dedique al desempeño de las actividades tanto física como mental, la otra tercera parte al sueño y la última tercera parte se utilice en el aseo, ingestión de alimentos y en la realización de actividades recreativas indispensables para la conservación de la salud mental.

1.3.3 Higiene pública

La higiene pública es la que procura el bienestar de los individuos que viven en el campo o la ciudad, encargándose de cuidar que todos los servicios públicos reúnan las condiciones higiénicas adecuadas, como son: el agua potable, el drenaje, la energía eléctrica, las calles, los mercados, etc.

También controla la calidad de los alimentos que se expenden al público, para evitar enfermedades colectivas, como el -

cólera, la tifoidea, la disentería, etc. Luis Cendrero considera que "la higiene pública es el conjunto de medidas realizadas por las autoridades o poderes públicos para proporcionar un medio físico y biológico adecuado para la salud del hombre y la colectividad". (4)

A fin de contribuir a la conservación tanto de la salud propia, como la de las personas con quienes estamos en contacto directo, es necesario tener información de las enfermedades más comunes, tales como:

La tuberculosis, causada por una bacteria llamada Micobacterium tuberculosis o bacilo de Koch. Existen dos variedades principales: la humana y la bovina.

El bacilo de Koch humano se aloja principalmente en los pulmones, originando la tuberculosis pulmonar, enfermedad francamente contagiosa que constituye un verdadero problema.

El tuberculoso pierde el apetito y baja de peso como consecuencia; después de algún tiempo, tiene fiebre ligera por las tardes seguidas de intensa sudoración. Posteriormente aparece tos seca con expectoración de color amarillo, que en esta do avanzado se vuelve sanguinolenta.

El enfermo al toser o estornudar, elimina saliva y moco que contiene gérmenes de la enfermedad, y que constituyen los principales medios de propagación de la misma. Los objetos que están en contacto directo con el enfermo se contaminan también

Para eludir esta enfermedad se deba llevar una vida higiénica, alimentación adecuada y descanso conveniente, así como evitar el contacto con los enfermos o con los objetos que hayan sido contaminados.

(4) CENDRERO, Luis, Elementos de higiene, p. 45.

La Difteria, es causada por el *Bacillus diphterias*, que se localiza en las mucosas de la laringe, faringe, tráquea y bronquios, donde provoca la formación de falsas membranas que pueden producir asfixia al obstruir las vías respiratorias. Además, el enfermo como consecuencia de la intoxicación originada por los gérmenes patógenos, presentan fiebre elevada y parálisis de diversos músculos, particularmente de los respiratorios, lo que agrava las manifestaciones de asfixia.

El moco y la saliva, así como los objetos contaminados, son los principales medios de propagación de la enfermedad.

La Tosferina, el agente causal de esta enfermedad es el *Hemophilus pertussis*.

En sus primeras etapas el enfermo pasa por un período catarral y después sufre tos seca que se vuelve convulsiva. Los accesos se caracterizan por una inspiración profunda, seguida de espiraciones cortas y virulentas que culminan con una espiración profunda acompañada de un ruido fuerte, angustioso, semejante a un silbido. Los fuertes accesos de tos pueden causar hemorragias de graves consecuencias para el enfermo. La saliva y el moco constituyen las principales fuentes de contagios.

El sarampión es una enfermedad muy contagiosa causada por un virus. Su período de incubación dura de diez a once días, después del cual el enfermo presenta fiebre y molestias; y en las siguientes 24 horas sufre de catarro, conjuntivitis y tos, síntomas que se acentúan gradualmente hasta que aparece la erupción.

Se propaga por contacto directo y de persona a persona; los ambientes confinados favorecen el contagio y el hecho de los síntomas iniciales sean también característicos de otras enfermedades, hacen difícil el control del sarampión. La enfer

medad proporciona inmunidad definitiva.

La Viruela, es una enfermedad muy contagiosa causada por un virus. Después de un período de incubación de 12 días, el enfermo sufre escalofríos, dolor de cabeza y de espalda, gran molestia y fiebre que se eleva hasta 40° grados. Generalmente - después de 4 a 5 días, hacen su aparición unas manchas pequeñas, que poco a poco se inflaman transformándose en pápulas, - que se rodean de una zona roja y que se llenan de secreción purulenta, además después se secan, cubriéndose por una costra - que al desprenderse deja cicatrices permanentes.

La Varicela, es una enfermedad producida por un virus, es muy contagiosa. Los principales síntomas son: ligeras fiebres, dolor de cabeza, falta de apetito y erupción que en los niños - suele presentarse en forma simultánea con otros síntomas. La erupción consiste en la aparición de vesículas cuyo número varía de una o varios centenares, repetidas en el tronco principalmente, pero también en la cara, cuello y cuero cabelludo.

La Rubeola, es una enfermedad más o menos benigna y originada por virus. Después de un período de incubación que fluctúa entre los 14 y 18 días aparecen los siguientes síntomas: - dolor en el cuello a causa de la inflamación de los ganglios, - sudor intenso y enrojecimiento de la cara. La erupción, semejante a la del sarampión, cubre la cara y después de 12 o 24 - horas se extiende por todo el cuerpo.

Cuando ésta enfermedad ataca a las mujeres durante los -- primeros meses del embarazo, ocasiona diversas anomalías en un buen porcentaje al producto.

La Poliomiелitis, esta enfermedad es causada por un virus que penetra al organismo por vía digestiva y después, por la - sanguínea llega hasta los centros nerviosos donde se localiza-

y causa los mayores perjuicios.

En un principio el enfermo sufre catarro ligero y después de dos a cuatro días aparece fiebre, dolor de cabeza, delirio, espasmos y contracciones musculares que impiden al enfermo realizar determinados movimientos.

Como los centros nerviosos afectados controlan el funcionamiento de los músculos de diversas partes del cuerpo, éstos sufren parálisis y el individuo es incapaz de moverlas, dependiendo del órgano afectado la gravedad del enfermo. El principal medio de transmisión es el contacto directo.

Cabe mencionar que la higiene pública a través de la SSA. se encarga de controlar y vigilar la higiene de las mujeres -- que practican la prostitución, para evitar la transmisión de enfermedades venéreas, como son: la gonorrea, el chancro, la sífilis, el sida, etc.

1.3.4 Higiene social

La higiene social son las medidas que realizan las autoridades sanitarias tendientes a promover y conservar un medio social adecuado con el objeto de conseguir el bienestar social de la población.

Corresponde a la higiene social combatir las causas que se oponen a ello en particular la pobreza colectiva, el estado de necesidad económica, la vivienda socialmente inadecuada, alimentación insuficiente, falta de vestimenta adecuada, etc.

La higiene social se encarga de los problemas de salud y a las necesidades que la civilización y el industrialismo crean al hombre de nuestro tiempo.

La higiene escolar esta considerada dentro de la higiene-

social, puesto que se proyecta hacia la sociedad, para lograr el bienestar colectivo. Sus funciones son cuidar y mejorar la salud física, mental y moral de los educandos, del personal docente y el ambiente en que se desenvuelven para obtener un mejor aprovechamiento de la enseñanza-aprendizaje y una mejor adaptación al medio, así como la creación de hábitos higiénicos y de una conciencia sanitaria en todos los educandos. La higiene escolar se ocupa de la conservación de la salud del niño -- que asiste a la escuela.

La responsabilidad de la escuela frente al desarrollo social intelectual del niño ha sido reseñada a menudo. John Dewey, escribió:

Tendremos a considerar la escuela desde un punto de vista individualista, como algo entre el profesor y alumno, o -- entre profesor y padre, hemos de enfocar a la escuela desde una perspectiva más amplia. Todo aquello que la sociedad ha conseguido en su propio beneficio queda, por mediación de la escuela, a disposición de sus futuros miembros (5)

El hecho de que el período de escolaridad abarque una época de la vida caracterizada por una evolución rápida en el desarrollo del organismo, y de que tanto física como mentalmente el niño constituye un material relativamente maleable y fácilmente moldear, destaca la importancia de la higiene fundamentalmente en lo que se refiere a la adquisición de hábitos indispensables para la conservación de la salud.

El aseo personal y la alimentación adecuada así como el -- trabajo, el descanso y la recreación debidamente distribuidos -- son prácticamente una garantía de la conservación de la salud --

(5) DEWEY, John, La nueva educación, p. 3.

de todo individuo, pero particularmente de un organismo cuyas diversas estructuras están en pleno desarrollo, y que si sufre trastornos físicos o mentales, éstos provocarán alteraciones más o menos graves al futuro joven o adulto.

Otro aspecto de la higiene escolar muy importante es el que se refiere a las condiciones higiénicas de la escuela o sea el medio en que el niño pasa gran parte de su vida, probablemente los años que mayor influencia ejerzan en su desarrollo. Por ello es necesario que el edificio escolar reúna las condiciones higiénicas que contribuyan a conservar la salud de los educandos y sea un sitio atractivo que invite a permanecer en él.

El problema de la construcción de la escuela es de gran importancia y merece atención especial, ya que una orientación inadecuada puede provocar que los salones de clase tengan una temperatura inconveniente para la salud del niño. De igual manera afectará al educando una ventilación e iluminación inadecuada.

Un mobiliario escolar que no esté de acuerdo con el desarrollo físico del educando, le provocará alteraciones en el desarrollo de su esqueleto debido a que lo obliga a trabajar en posiciones incorrectas. Otros materiales de enseñanza que no reúnan los requisitos higiénicos indispensables, tales como: pizarrones, libros, gises, etc. pueden alterar el funcionamiento de sus órganos perceptivos, haciéndoles que adquieran defectos visuales o auditivos que tendrán trascendencia en su vida futura.

La práctica de los hábitos higiénicos tienen un gran valor educativo.

2. CONSECUENCIAS DE LA FALTA DE HIGIENE

2.1 Daños en la salud

La falta de higiene personal es causante de muchos problemas, tanto de salud como estéticos.

Quizás uno de los factores que más propician la falta de higiene personal sea la apatía o la escasa cultura de los padres de familia, al no orientar a sus hijos, éstos le dan poca importancia o hacen caso omiso al respecto, trayendo como consecuencia la adquisición de parásitos a su organismo. Por eso George Bastín escribe que:

Hay niños que tienen la suerte de poderse desarrollar libremente: nada de cortapisas ni de intervenciones de la autoridad. El padre se apoya en el hecho de que ha tenido que salir adelante en la vida sólo y que, sin embargo ha logrado forjarse una posición. Que estudie o no estudie es asunto suyo, nada de inútiles regaños. Ha veces esto ayuda a que el niño tome rápidamente sus propias decisiones pero esto no sucede siempre así. Lo más frecuente es que esta actitud sea mal interpretada por el niño y se sienta abandonado. (6)

La parasitosis, es una serie de trastornos originada en el organismo, por la invasión de diversos tipos de parásitos vegetales o animales.

La parasitosis más común del niño en edad escolar es la siguiente:

Micosis, es producida por diversas especies de hongos microscópicos. Como por ejemplo de ella tenemos las llamadas co-

(6) BASTIN, George, Porque fracasan nuestros escolares, p. 110

múnmente "tiñas" y el "pie de atleta".

Las tiñas son causadas por diferentes especies del género *Trichophyton*, una de las cuales parasita en la cabeza determinando la caída del pelo en placas circulares y escamación en la piel. Al avanzar el mal se forman costras sangrantes y purulentas de color rojiza, blanquizca, etc.

El hongo que causa el "pie de atleta" se localiza entre los dedos de los pies, donde origina inflamación, dolor, comezón y unas ampollas que producen un líquido acuoso.

Las micosis se transmite por contacto directo con el enfermo, o mediante objetos contaminados: peines, cepillos, sombreros, toallas, almohadas, zapatos, etc.

Como medidas preventivas se recomienda la práctica de los hábitos de aseo personal, evitando el uso en común de los objetos antes mencionados, aconsejándose también el empleo de sandalias en los baños públicos que impidan el contacto del pie con el suelo en donde pueden encontrarse las esporas de los hongos.

Teniasis, son parasitosis originadas por diversas especies del género *taenia*; vulgarmente llamadas "solitarias". Las tenias son animales de cuerpo alargado, aplanado y formando por segmentos, de los cuales, el anterior llamado escólex presenta ventosas o ganchos con los que se fija a la pared intestinal del huésped.

La *taenia solium* tiene por huésped intermediario al cerdo y como definitivo al hombre parasitado arroja con el excremento huevecillos de la tenia, los que dan origen a pequeños embriones que si son ingeridos por el cerdo, atraviesan la pared intestinal y se alojan en los músculos del animal, donde forman pequeños quistes de color grisáceo llamados cisticercos. -

Si el hombre ingiere cruda o mal cocida la carne del cerdo infestada de cisticercos, adquiere el parásito que termina su desarrollo en el intestino humano.

Para evitar estas teniasis, se recomienda el alejamiento correcto de los excrementos de la ciudad y del campo; el control sanitario de la carne y sobre todo comer ésta, bien cocida.

Ascariasis, parasitosis causada por el *Ascaris lumbricoides* llamado comúnmente lombriz intestinal. Los huevecillos del parásito son arrojados junto con los excrementos, y los embriones que de ellos se desarrollan contaminan la tierra y el agua ya sea directa o indirectamente.

El hombre al ingerir el agua, los vegetales contaminados o llevarse las manos a la boca después de haber tenido contacto con tierra que contengan embriones, introduce a su aparato digestivo los parásitos que en su evolución se transforman en larvas pequeñas, que emigran al corazón y a los pulmones, de donde pasan a la tráquea, después al esófago y finalmente llegan al intestino donde terminan su desarrollo y se reproducen.

Para evitar esta parasitosis, se debe tomar el agua hervida y las frutas y verduras que se ingieran crudas, deben lavarse con agua purificada, siendo necesario lavarse bien las manos antes de comer.

Oxiuriasis, parasitosis causada por el *Enterobius vermicularis*, conocido comúnmente como oxiuro. Es un gusano cilíndrico pequeño, que en estado adulto vive en el intestino grueso. Las hembras fecundadas se establecen en la región anal y los huevecillos son arrojados con los excrementos, y si caen en un sitio seco se enquistan y viven en latencia mucho tiempo.

El individuo sufre comezón en el ano y al rascarse pueden quedar los parásitos entre las uñas, reinfectándose al llevar-

las manos a la boca.

Pedunculosis, es causada por insectos del género Pediculos que se conocen vulgarmente con el nombre del piojo.

El más común es el piojo que invade la cabeza, pero también existe el piojo blanco que se aloja en la ropa. Ambos se nutren de la sangre que succionan al individuo.

Hay que tomar en cuenta que aunque la mayoría de los niños en un determinado salón de clase e inclusive en sus casas cumplan con las normas de higiene, hay otros que no y por ello se propaga, porque este animalito es transmisible y fácilmente infecta a toda la población escolar. Esto nos hace recordar el ideal de Sofia Cabib cuando nos dice:

Toda vida humana se desarrolla directa o indirectamente - dentro de grupos, en interacción con otros, en el cual la conducta de una persona resulta modificada por la conducta de otros, generándose así una unidad funcional tal que resulta incomprendible la conducta de uno sin tener en cuenta la de los demás. (7)

Este se produce por medio de huevecillos llamados comúnmente "liendres" las cuales se fijan fuertemente al pelo o a las diferentes fibras como algodón, lana, etc.

Un problema muy importante de esta parasitosis es que el piojo infectado transmite el Tifo, que es una enfermedad grave. Los microbios de esta enfermedad salen con el excremento del parásito, quedando en la superficie de la piel. El individuo - al sentir el piquete del piojo se rasca, y las escorias que se producen de esta manera, constituyen una puerta de entrada al Tifo y a las infecciones.

El aseo frecuente de la piel, el cambio diario de la ropa

(7) CABIB, Sofia, Manual de psicología educacional, p. 61.

así como el uso de insecticidas, hechos a base de D.D.T. se aconsejan para combatir esta parasitosis.

Las enfermedades originadas por los parásitos causan a los niños y maestros diversos problemas. A los niños les producen enfermedades como: diarrea, dolores estomacales, vómito, etc. y la labor docente se ve afectada, porque los educandos faltan a sus clases por varios días, a causa de estos males.

2.2 Deterioro de la imagen del individuo

Sabemos de antemano que los parásitos tanto internos como externos producen los problemas ya mencionados de salud, pero también causan problemas de tipo social, por decir el piojo, el cual provoca discriminación y aislamiento de los niños por las demás personas, afectando la personalidad de todo individuo, por lo tanto Paul Horton nos señala al respecto que "la personalidad es la totalidad del comportamiento de un individuo con un sistema de tendencias dadas que interactúan como una secuencia de situaciones. (8)

Otra forma de aislamiento hacia los niños es provocada por la falta de aseo de su cuerpo y de su ropa, provocando malos olores después de hacer ejercicios o por la transpiración, a causa del enorme calor del cual se caracteriza nuestra región, haciendo que los compañeros vayan apartándose de los que presentan éste problema.

Las personas sucias causan mala impresión y huelen mal, a menudo tienen parásitos no sólo en la cabeza, sino también en la piel y aun en la ropa.

Muchas enfermedades del cuero cabelludo, como la tiña, se

(8) HORTON, Paul, Sociología, p. 66.

contraen por usar peines de personas enfermas. La caspa se propaga de una persona a otra si ambos usan el un mismo peine. El peine como el cepillo dental deben ser un artículo absolutamente personal.

En muchas ocasiones las espinillas, barros y algunas erupciones de la piel son consecuencias de la falta de aseo. Bastaría esto para decir que el aseo personal es indispensable para la salud.

Una buena apariencia personal, la buena salud y una personalidad agradable y alegre, ayudarán a la persona a ser querida y respetada dentro de la sociedad. Para tener una buena aparición y sentirse confortable y alegre, la persona tendrá su cuerpo aseado, vestirá ropas limpias, dormirá en una cama limpia y vivirá en una casa aseada, para lo cual deberá seguir -- las normas de higiene personal, como es, baño general del cuerpo, lavado de las manos antes de comer y después de ir al baño peinarse, cambiarse la ropa diariamente y principalmente la ropa interior, etc.

2.3 Perjuicio en la enseñanza-aprendizaje

Los parásitos internos como externos adquiridos por la -- falta de higiene causan, según observaciones y experiencias docentes, graves problemas perjudicando el desarrollo del proceso enseñanza-aprendizaje; ya que los niños presentan síntomas de aburrimientos, sueño, apatía y desinterés en las clases. Como consecuencia se obtiene un bajo aprovechamiento escolar.

Además de todo lo expuesto anteriormente y para que el maestro pueda propiciar el aprendizaje y desarrollar el conocimiento de sus alumnos eficazmente, tiene que comprender cómo -

se forman estos conocimientos.

Basados en la teoría del desarrollo cognitivo de Jean Piaget, que constituye quizás el intento más global y actual de explicar la naturaleza de la inteligencia y la manera en que ésta cambia con la edad y la experiencia. Sus investigaciones le llevaron a afirmar que el niño normal atraviesa cuatro estadios principales en su desarrollo cognitivo: 1) el estadio sensorio-motor, 2) el estadio preoperatorio, 3) el estadio de las operaciones concretas y 4) el estadio de las operaciones formales.

Aunque Piaget asignó un margen de edad para cada uno de estos cuatro estadios de desarrollo, existen marcadas diferencias en el ritmo con que el niño avanza a través de ellos. En una determinada edad, los estadios pueden solaparse, de modo que el niño muestre algunas conductas características de un estadio y ciertas conductas características de otro, por lo cual Sofia Cabib afirma:

Durante la edad escolar, igual que antes y después de la misma, el niño atraviesa una serie de cambios que afectan sus intereses, potencialidades y comportamiento. En consecuencia, es tarea del maestro adecuar los contenidos, las actividades, los métodos, técnicas y recursos de aprendizaje a dichos cambios, para guiar el crecimiento y desarrollo, pues las características heredadas fijan límites que el individuo no puede rebasar. (9)

Para Piaget, el desarrollo intelectual no es un simple proceso madurativo o fisiológico que tenga lugar automáticamente, lo mismo que el niño respira oxígeno o gana altura y peso. Tampoco consideraba el desarrollo cognitivo como algo que podemos asegurar bombardeando, sin más, al niño con la experiencia

(9) CABIB, Sofia, Manual de psicología educacional, p. 19

y ofreciéndole un medio estimulante.

Las ideas sobre la naturaleza del desarrollo intelectual, así como sus concepciones acerca de cuándo y cómo tiene lugar este desarrollo, tomaron cuerpo, en primer lugar, como resultado de las meticolosas observaciones que efectuó de sus tres -- propios hijos. Utilizando un enfoque de caso clínico, registró diariamente muchas de sus acciones; advirtió cambios en sus -- respuestas a estímulos tales como: sonidos, luces, y objetos -- en movimiento, y realizó experimentos casuales con ellos mientras jugaban.

De acuerdo con Piaget, el intelecto se compone de estructuras o habilidades físicas y mentales llamadas esquemas, que la persona utiliza para experimentar nuevos acontecimientos y adquirir otros esquemas. Concluyó que el niño comienza su vida con unos reflejos innatos, como gritar, asir y succionar. Estos actos reflejos son las habilidades físicas con las que el bebé comienza a vivir. Estos reflejos innatos cambian gradualmente a causa de la interacción del niño con el medio ambiente desarrollándose otras estructuras físicas y finalmente mentales.

Piaget identificó dos funciones o procesos intelectuales -- que todo el mundo comparte, independientemente de la edad, de las diferencias o del contenido que se procese. Estos procesos que forman y cambian los esquemas, reciben por regla general -- el nombre de adaptación y organización. La adaptación es un -- proceso doble, que consiste en adquirir información y en cam-- biar las estructuras cognitivas previamente establecidas hasta adaptarlas a la nueva información que se percibe. La adapta--- ción es el mecanismo por el medio del cual una persona se ajusta a su medio ambiente. El proceso de adquisición de informa--

ción se llama asimilación; el proceso de cambio, a la luz de - la nueva información, de las estructuras cognitivas establecidas se llama acomodación.

2.4 La higiene y su influencia en el aprovechamiento escolar

Primero hablaremos sobre lo que es el aprovechamiento escolar, considerando que es imprescindible de que manera la higiene escolar influirá en el aprovechamiento escolar de los educando y posteriormente, desde luego, sobre el bajo aprovechamiento escolar.

Aprovechamiento escolar. En la enseñanza como en toda la actividad humana, se organizan con miras a lograr objetivos. - La comprobación de los resultados obtenidos y su evaluación -- forman una fase necesaria y obligatoria. Los buenos conocimientos obtenidos en su aprendizaje forman en su conjunto lo que - se llama "aprovechamiento escolar".

Los factores que inciden sobre el ritmo y progreso del aprendizaje y sobre su eficacia y rendimiento se les puede clasificar en las siguientes categorías:

1. Factores físicos: condiciones del medio ambiente, como lo es, la iluminación, ruidos, temperatura, condiciones materiales del lugar de trabajo, horario.

2. Factores fisiológicos: relacionado con el estado orgánico del educando, entre los cuales están los: sensoriales (-- principalmente vista y oído), coordinación perceptivo-motora, estado de nutrición, estado de salud, funcionamiento glandular sueño.

3. Factores psicológicos: dependiente de ciertas capacidades y experiencias previas, concentración de la atención, capa

cidad mental, maduración, emotividad, interés, estado de ánimo (optimismo, pesimismo), firmeza del yo. -

4. Factores sociales: son los que provienen del contexto ambiental humano, entre los que se encuentran el medio familiar (familia atípica, estructura familiar anormal, profesión -- del padre, madre que trabaja, situación económica, educativa, -- condiciones de cuidado), medio escolar, la comunidad, sus grupos e instituciones.

5. Factores didácticos: son creados por el docente mediante la selección y estructuración de elementos adecuados para -- lograr distintos resultados de aprendizaje, como la motivación pedagógica, aprestamiento, métodos y técnicas de estudios, duración, distribución de las clases, la naturaleza de la materia que será aprendida, la práctica, ejercitación y aplicación de lo aprendido.

Bajo aprovechamiento escolar. Es un fenómeno en el que -- entran en juego una serie de factores que perjudican las capacidades intelectuales del individuo como: factores de personalidad, motivaciones de orden fisiológico, orden social, económico y cultural; condicionan profundamente el bajo aprovechamiento escolar y también el enjuiciamiento de los profesores -- y la calificación escolar, no siempre están en relación directa con el nivel intelectual de los alumnos.

También en el bajo aprovechamiento escolar, influyen los alumnos vacilantes o inconstante los cuales son incapaces de -- tener un interés duradero o prolongado, se desaniman fácilmente, para ellos el maestro debe mantener un ritmo intenso de -- motivación. Alumnos abúlicos, inmunes a cualquier estímulo motivador, son casos perdidos para la motivación.

También la transferencia negativa perjudica el aprovecha-

miento escolar de los alumnos. Cuando un aprendizaje previo mejora la reacción al enfrentarse con un nuevo aprendizaje decimos que hay transferencia positiva, ejemplo: las habilidades adquiridas previamente de la resta, suma, y multiplicación favorecen el aprendizaje de la división; pero cuando un aprendizaje previo inhibe o retarda el ritmo de un nuevo aprendizaje se dice que hay una transferencia negativa, por ejemplo, cuando los conocimientos adquiridos en un curso de gramática tradicional pueden perturbar el aprendizaje de la gramática estructural .

En cuanto a cómo influye la higiene en el aprovechamiento escolar, podemos decir lo siguiente.

La falta de ese hábito tan importante e imprescindible como lo es la higiene personal por ejemplo, provocará trastornos en la salud de un individuo o de nuestros alumnos como, pereza mal aspecto, falta de ánimo por carencia de energías y el mal olor, puesto que algunos alumnos les entra sueño o hay veces que llegan a dormirse en el salón de clase, no poniendo atención a la explicación del maestro sobre el tema que se está tratando y aun con las máximas y mejores motivaciones, cuando se les pide que participen en cualquier actividad lo hacen en forma negativa, esto se puede deber a dos factores, primero: que esos alumnos duermen pocas horas en su casa, segundo: algunos parásitos tanto externos como internos, que están acabando con la energía y la salud de esos alumnos.

Otras de las situaciones negativas de la falta de higiene personal, es el baño incorrecto o incompleto del cuerpo, puesto que algunos piensan que con tirarse agua ya se bañaron bien haciéndoles falta la aplicación del jabón y el restregamiento del cuerpo, complementándose después de bañarse la aplicación-

de un desodorante ya que el clima de nuestra región nos hace sudar constantemente, sobre todo en la época de calor provocando malos olores, los cuales son desagradables para él y para quienes los rodean en su salón de clase perjudicando así a sus demás compañeros y maestro, puesto que no se puede trabajar -- bien en un ambiente desagradable, ocasionando un ligero atraso en el aprovechamiento escolar.

Es importante para que el alumno tenga un buen rendimiento escolar, independientemente de otros problemas, como: desintegración familiar, bajo recurso económico, medio desfavorable en que se desenvuelve, etc. que sea atendido o apoyado en lo que se refiere a la higiene personal, porque a como hay niños que tienen esa preocupación por mantenerse limpios, hay algunos que por muchos factores son negligentes a tal práctica, -- por lo cual se requiere que el maestro y el padre de familia -- hagan esfuerzos para lograr que el niño se incorporen a la sociedad y a las actividades que esta realiza sobre todo en el aseo personal. Cuando no haya apoyo por parte de los padres de familia, el maestro debe de preocuparse por buscar otras alternativas como es el apoyo de las autoridades sanitarias, educativas y cíviles, para que de alguna manera el niño no quede abandonado a su suerte y se sienta estimulado al sentir que se le toma cuenta, al comprender la importancia de la higiene de su cuerpo y la de los demás, es decir al percibir el valor tanto físico como moral en cuanto a la higiene se refiere, pero para tal logro es necesario un constante e incansable trabajo de las personas que rodean a un niño con este problema y así pueda adquirir los conocimientos tantos formales como informales de la manera más agradable.

Todo lo anterior a la vez provocará el bajo aprovechamiento

to escolar por las condiciones desagradables en que se encuentran los alumnos, trayendo como consecuencia la reprobación escolar, aún en los alumnos de gran coeficiente intelectual, y - considerando lo que George Bastín nos dice:

El aprovechamiento escolar es un fenómeno muy complejo en el que entran en juego una serie de factores que desbordan el campo de las capacidades intelectuales. Factores - de personalidad, motivaciones de orden fisiológico, de orden social, económico y cultural, condicionan el rendimiento escolar e influyen para que el enjuiciamiento de los profesores no siempre estén en relación directa con el nivel intelectual de los alumnos. (10)

Desafortunadamente tanto algunos compañeros, como padres de familia han dejado en el abandono a los niños que presentan estos problemas, concretándose el maestro por ejemplo, sólo a reprobar, sin haber previsto con anticipación las estrategias para buscarle solución al problema o cuando menos para reducir lo.

(10) BASTIN, George, Porque fracasan nuestros escolares, p. 20

3. LA FAMILIA

3.1 Definición de familia

La familia está considerada como elemento de gran importancia en el desarrollo de una actividad permanente como lo es la higiene, pero la familia necesita de apoyos externos como lo es, la escuela, la sociedad para mejorar y conducir el progreso educativo, que tiene encomendado a lo largo de las etapas de: infancia, niñez y juventud. Todos éstos dotes de educación va hacer que el niño tenga una mejor preparación y un completo desarrollo personal, moral e intelectual.

La familia le da al niño los primeros elementos para que pueda relacionarse con otras personas. Los padres, los hermanos, los abuelos, etc. enseñan al niño como comportarse con los demás. Es decir la familia enseña al niño las primeras lecciones para vivir entre personas. George Bastín nos dice:

La familia es mucho más que un vehículo de cultura. Selecciona, interpreta y valora lo que transmite. Para cada cosa, para cada acción, propone a sus hijos una escala de valores, un sistema de normas, de las que se impregnarán profunda y a veces inconscientemente. Este es uno de los fundamentos de su personalidad. (11)

Por lo tanto la familia es una parte elemental y básica de la sociedad, la más importante; ya que sin ella el grupo humano no existiría, ni las instituciones tan bien establecidas que a través de la historia el hombre ha formado para su propio beneficio y el de los semejantes.

(11) BASTIN, George, Porque fracasan nuestros escolares, p. 12

3.2 Responsabilidad familiar

Los padres de familia son los principales iniciadores para inculcar en sus hijos el hábito higiénico y una responsabilidad positiva, a través de actividades implícitas tales como: dirigirlos, orientarlos y prepararlos de la manera más concreta y definida, para que aprendan más eficazmente las actividades y costumbres que son fundamentos para que tomen conciencia y les permita ser más objetivos y comprendan mejor la realidad. Eduardo Aguilar define a los padres responsables de la siguiente manera:

Padres responsables son aquellos que estimulan activamente el desarrollo de sus hijos, creando un ambiente de respeto, amor y comprensión hacia ellos, y actuando en congruencia con los principios que facilitan el proceso de enseñanza-aprendizaje. Ayudarlos a que adquieran conciencia de algunas de sus actitudes. (12)

Los padres de familia son el ambiente de sus hijos en años muy importantes de su desarrollo, de ahí su vital importancia y responsabilidad, ya que lo que hagan o dejen de hacer determinará muchos aprendizajes en ellos que les puedan obstaculizar o favorecer.

Sin duda alguna, es mejor para el desarrollo del individuo un ambiente que estimule, ame, valore, respete y apoye, que un medio deformante en donde la crítica, el castigo, la amenaza, la coerción y el chantaje son las formas básicas de interrelación.

Podemos optar, y en nosotros está el hacerlo, por la creación de un ambiente familiar positivo, en donde a base de un -

(12) AGUILAR, Kubli, E. Padres positivos, p. 21

intercambio satisfactorio mutuo se facilite y promueva la formación de hábitos favorables para nuestros hijos.

3.3 La irresponsabilidad familiar

La irresponsabilidad de los padres es un factor que influye de manera determinante en el seno familiar, pues los hijos son los principales imitadores que asimilan las actitudes negativas. Esto afecta al niño a tal grado que lo manifiesta en su aprendizaje y en su actividad.

La irresponsabilidad de los padres puede venir también de un ambiente familiar negativo, donde hicieron de él, un ser -- falta de anhelos, de superación y ahora él no se preocupa por una adecuada manera de comportarse ante los suyos, no esta capacitado para juzgar comprensivamente a los demás, teniendo en cuenta sus circunstancias.

3.4 Relación entre irresponsabilidad y la falta de higiene personal

La higiene de los niños se ve afectada por la irresponsabilidad familiar, puesto que al no tener orientación por parte de los padres de familia, éstos se encuentran abandonados en cuanto a su aseo personal.

Eduardo Aguilar considera a la irresponsabilidad de los padres como "las personas que carecen de valores morales e ignoran totalmente las normas sociales y desconocen el sentido del deber. Por lo tanto no son capaces de responder por sus actos". (13)

(13) AGUILAR, Kubli E. Padres positivos, p. 26

Por lo tanto consideramos que la irresponsabilidad constituye una red negativa para todo ser humano, puesto que obstaculiza el desempeño eficaz de sus actividades en el constante -- proceso de interacciones dentro de la sociedad.

3.5 Factores que originan la irresponsabilidad familiar

Influencia familiar. Hay que considerar que el grado de -- responsabilidad del individuo comprueba la influencia de la familia, en la educación institucionalizada y los daños que sobre ella recae. La existencias de familias anormales constituidas, hogares de padres incapaces, (por enfermedades, obligaciones laborales, ignorancias, comodidad), familias carentes de -- recursos económicos (viviendas, vestidos, alimentación). El ambiente inmoral provocado por padres o familias de conductas irregulares (viciosos, delincuentes, divorciados, fallecimientos etc.

Otros de los problemas que originan la irresponsabilidad familiar, es la necesidad del hombre y la mujer de crearse, luchando día tras día, un futuro profesional y económico estable por lo cual George Bastín nos reafirma esto, cuando señala:

¿ No vemos incluso a las jóvenes madres comprometidas en esta dura batalla de atención al trabajo y al hogar? Este es, a veces el caso de los hogares de comerciantes en los que los niños, se les deja sueltos a confiados a la vigilancia de una tercera persona. Y es el caso también de -- ciertas familias intelectuales en las que incluso las comidas están invadidas por preocupaciones profesionales de los padres. (14)

Bajo nivel cultural. Teniendo en cuenta la cultura, ésta-

(14) BASTIN, George, Porque fracasan nuestros escolares, p. 101

se define: como el conjunto de conocimientos adquiridos por el desarrollo intelectual del hombre, todo lo hecho por él mismo.

Esto es originado por los mismos individuos, que desde -- que toman uso de razón, carecen de relación familiar, orientación moral y de convivencia humana. Esto hace que no cumpla -- con sus obligaciones de padre, en su hogar y en el medio en -- que se desarrolla.

Nivel socio-económico. El cual se divide en tres clases - alta, media y baja, esta última es la que se ve más perjudicada en cuanto a lo que se refiere a higiene, debido a que esta clase; no cuenta con los suficientes recursos económicos no -- cumplen con algunas normas de higiene, pues según hemos investigado, hay ocasiones en que no cuentan ni para comprar cuando menos el detergente con el que se lava la ropa, inclusive no -- les da el dinero ni para comprar el vestido necesario para cambiarse diariamente, ocasionando que al repetirse la misma ropa siempre conservan malos olores y teniendo algunas enfermedades por ese motivo. Esto se caracteriza por la inseguridad económica, física y educativa. Su medio geográfico social tiende a -- ser limitado. Oskar Lange afirma que:

El nivel socio-económico, es una categoría que indica, situación social y económica de una persona en relación con otras. Se determina en diferentes formas, entre las que -- se incluyen los ingresos familiares, la ocupación de los padres y condiciones de vida, (tipos de viviendas, ubicación, valores, etc.) (15)

Cabe aclarar que no siempre el factor económico será el -- causante de la falta de higiene, ya que también en clases bien acomodadas, hablando naturalmente desde el punto de vista eco-

(15) LANGE, Oskar, La economía en las sociedades modernas, p. - 245

nómico sean encontrado problemas en lo que se refiere a las --
normas higiénicas.

4. MARCO REFERENCIAL

La escuela

Considerando la enorme importancia que tiene la escuela, y el papel fundamental que juega en la formación de los valores culturales de los educandos, y sabiendo de antemano que es ahí donde se suscitan o se manifiestan diversos problemas que aún hoy en día no se han podido resolver, o cuando menos intentar solucionarlos, hago mención de ella detalladamente para tratar el problema de la falta de higiene personal.

Este problema al que hago referencia se observa en el grupo de Primer Grado, de la Escuela Primaria Rural Estatal "Vicente Guerrero", con C.T. 27DPRO645U. Perteneciente a la Zona Escolar No. 62. Ubicada en el Ejido: Pochitocal la. Sección -- del Municipio de Tacotalpa, Tabasco.

Esta escuela fue fundada en el año de 1975, por el Profesor José Arrazate Ramírez. Comenzando a dar él sólo sus servicios por unos años.

Actualmente es una institución de organización completa o sea de Primero a Sexto Grado y cuenta con tres maestros, cada uno de ellos trabajan con dos grados para poder completar su grupo. Además cuenta con tres aulas, una casa de maestro, un pozo, cuatro letrinas, una cancha de basquetbool, suficientes mobiliarios escolar, un monumento a la Bandera, y todos estos en muy buenas condiciones. Su horario es de 8:00 A.M. a -- 13:00 P.M.

Sus límites son: Norte: Calle José María Morelos, al Sur: Sr. Felipe Vázquez Mendoza, al Este: Calle Lino Merino, al Oes

te: Sr. Lorenzo Cruz Torres.

La distancia de la Comunidad a la cabecera Municipal es -- 18 Km. aproximadamente.

Datos históricos de la Comunidad. De acuerdo a los datos proporcionados por los habitantes de la misma, este Ejido pertenece al Municipio de Tacotalpa, Tabasco. Fue fundado en el -- año de 1925. Ya que las únicas familias que vivían eran la del Sr. Juan Plim Palomeque, la del Sr. Josélin Pérez Herrera, la del Sr. Reyes Vázquez Pérez, la del Sr. Cármen Trinidad, la -- del Sr. Isidro Medina, la del Sr. Lorenzo Hernández, la del Sr. Guadalupe Herrera, siendo Gobernador del Estado el Lic. Francisco Trujillo Gurría y Presidente de la República Mexicana, -- el Lic. Manuel Avila Camacho, quienes dieron por terminado este Ejido, hoy Pochitocal la. Sección.

Nivel educativo. Los centros educativos que existen en esta Comunidad son: Un jardín de niño "Amanda Tobilla Jiménez", -- una Escuela Primaria "Vicente Guerrero", y los que necesitan -- de nivel superior y media básica, asisten a la cabecera Municipal y a la Capital del Estado.

Aspecto socio-económico. Un 90% de los padres de familia de esta Comunidad son campesinos, el resto son obreros y el salario que perciben es el mínimo.

Su producción pecuaria que predominantemente llevan algunos padres es la cría de ganado vacuno, porcino, equino, y la cría de aves avícola.

En su aspecto social, esta Comunidad está compuesta por -- dos clases sociales que son la media y la baja y la que más -- predomina es la baja, ya que sus habitantes son en mayoría campesinos.

Su cobertura social. Los habitantes para proteger la sa--

lud de sus familias están afiliados al SSA. y algunos al IMSS. ya que trabajan en la compañía de la Platanera del Golfo San - Carlos.

En el aspecto habituacional. La higiene de estas habitaciones dependen en gran parte del nivel cultural de ellos, es natural que si esta comunidad pertenece a dos niveles culturales que son: el nivel medio y el nivel bajo, su aspecto higiénico estan en igual término.

Campañas de salud. En esta comunidad se realizan a través del SSA. y del IMSS y la brigada del Paludismo, campañas de vacunación contra diversas enfermedades como son: La poliomielitis, el sarampión, el tétano, la tos ferina, la viruela, etc., así como también diferentes campañas de saneamiento ambiental.

En cuanto a su aspecto político. La mayoría pertenece al Partido Revolucionario Institucional (PRI), siendo la minoría quienes se inclinan por el Partido de la Revolución Democrática (PRD), y algunos no pertenecen a ningun Partido Político.

Sus costumbres. En esta comunidad se acostumbra a tomar café con su tortillas por las mañanas y al medio día toman su pozol con sal y chile mashito, al buen rato su almuerzo, y asisten a la Iglesia Católica cada tercer día.

En sus tradiciones. La mayoría de estas personas profesan la Religión Católica, las fiestas populares que se celebran son: festividades navideñas, el 12 de diciembre (La Virgen de Guadalupe), la Semana Santa, el 2 de noviembre (día de los muertos).

Mi grupo escolar

El grupo que actualmente está a mi cargo es el Primer Grado, Grupo "A" compuesto por 24 hombres, y 16 mujeres haciendo-

un total de 40 alumnos. Los cuales estan entre la edad de 6 a 7 años. La mayoría de estos niños pertenecen a familias de bajos recursos económicos.

Mis alumnos son muy inquietos lo cual es positivo ya que siendo así, tengo la probabilidad de que ellos sean más participativos y asimilen lo que se les esta enseñando, la conducta que demuestran es buena y regular, a pesar de que pertenecen a la clase baja, se preocupan por venir a la escuela y tratan de aprender lo que se les esta impartiendo día con día.

En cuanto a su higiene personal, el grupo se ve afectado por la falta de interés de los padres de familia hacia sus hijos, por el motivo de su economía familiar, ya que únicamente cuentan para adquirir los artículos de primera necesidad. Por este motivo los alumnos llegan en malas condiciones, destilando malos olores, tanto de la ropa como de su cuerpo, existiendo en ellos la abundancia del piojo en un 40% de los niños. Cabe mencionar que no todos los alumnos.

Para resolver este problema trato a través de visitas domiciliarias y reuniones de padres de familia la concientización de la importancia de la higiene personal, puesto que en estas edades los niños son muy pequeños y necesitan todo el apoyo de sus padres para poderse asiar y estar en contacto directo con estos niños, para poderles crear el hábito de la higiene personal.

5. PROPUESTA PEDAGOGICA Y ESTRATEGIAS METODOLOGICAS

Tomando en cuenta la enorme importancia que tiene la hi-giene, tanto en la escuela, el hogar, la comunidad y en todas partes, la cuál, según nuestra experiencia, ha venido arras---trando una problemática muy seria que es la omisión a la reali zación de esta práctica, sobre todo la higiene personal que ---perjudica ampliamente la labor docente, motivo por el cual elegimos esta propuesta.

Pero considerando que no es en el grupo ni en la escuela---donde se encuentra la solución total del problema, optamos por proyectarnos también hacia la comunidad donde cada uno de nosotros labora, puesto que consideramos que es inútil seguir ata---cando este problema solamente en el grupo y en la escuela, de---bido a que de esta manera solamente hay una solución momentá---neamente, e incluso parcial, a causa de que algunos niños a pesar de realizarse diversas actividades, siguen teniendo difi---cultades al respecto por la falta de apoyo por sus padres, perdurando de esta manera, la falta de aseo personal.

Cabe recalcar que no hacemos referencia a la higiene escolar en general, porque específicamente, es en el renglón de higiene personal, donde se encuentra el mayor problema.

El objeto principal de esta propuesta es pues, lograr una concientización tanto en los padres como en los alumnos de la---generación actual y de las que vienen, en lo que se refiere a---la higiene personal, para lograr un beneficio no sólo estético sino a algo más importante, como lo es la salud.

También que el maestro no abandone la lucha en contra de---lo antigiénico y que se vaya formando e inculcando en los alum

nos el hábito de la higiene, para que así en lo futuro, ellos la vayan transmitiendo a sus generaciones sucesoras.

Además, lograr que el docente tenga a la mano siempre un recurso teórico, en forma de un programa de higiene, para que en los momentos que se presenten problemas al respecto, pueda él orientarse a través de ese documento y forme su propio plan para combatir las diferentes dificultades que se susciten. Dicho programa deberá contar con diferentes estrategias y la metodología correspondiente, para lograr que la propuesta sea de mucha utilidad, no sólo en nuestro grupo, sino a todos los que la necesiten.

Por lo cual exponemos esta propuesta pedagógica, que detallaremos a continuación:

1. Conocer las normas elementales de higiene.
2. Que el educando tenga el hábito de la higiene, sobre todo personal.
3. Realización de campañas higiénicas.
4. Concursos de higiene personal.
5. Participación de personas facultativas de salud, para la realización de pláticas sobre la importancia de la higiene.
6. Involucrar a los padres de familia y a las autoridades en el cumplimiento de las reglas higiénicas.

5.1 Propuesta para el primer ciclo

Algunos niños de este ciclo, frecuentemente llegan a la escuela en condiciones higiénicas inadecuadas, como son: uñas sucias, cabellos largos, despeinados y con piojos en su cabeza malos olores de su cuerpo como de su ropa, lagañosos, boca sucia, etc., quizás porque en este grado los alumnos necesitan -

la ayuda directa de sus padres, la cual nunca llega por la negligencia de éstos.

Es importante aclarar que los alumnos que presentan este problema, son pocos, pero afectan al resto del grupo.

Desarrollo de la propuesta:

a) Dar a conocer a los niños las normas de higiene por medios de dibujos, carteles, revistas, etc.

b) Dialogar constantemente con los niños sobre los beneficios y perjuicios que ocasiona la práctica o la omisión de la higiene.

c) Realizar campañas de aseo corporal, como: recortar las uñas, limpiar las orejas, boca, dientes, ojos, erradicación de los piojos, pulgas, etc.

d) Concursos de higiene personal, en los grupos, para motivar a los alumnos a seguir cumpliendo las normas higiénicas.

e) Revisión del aseo personal, mínimo dos veces a la semana llevando un estricto control de revisión.

f) Entablar comunicación con los padres de familia sobre este problema, a través de reuniones, visitas domiciliarias, entrevistas, etc., para así lograr su participación en esta labor.

g) Solicitar a las autoridades o instituciones correspondientes su apoyo, para concientizar a los padres reuuentes a cumplir con estas normas higiénicas.

5.2 Propuesta para el tercer ciclo

Los alumnos de este ciclo escolar, están en una etapa más desarrollada y necesitan también, en cierta forma, del apoyo de los padres de familia tanto moral como físico, puesto que -

están en continúa actividad y derroche de energías y también - por el clima, tienen una transpiración excesiva, provocando olores desagradables, que provocan incomodidad a los alumnos en el salón de clases; además, las niñas como están en la etapa - de la pubertad en donde se inicia una actividad natural de su cuerpo, llamada menstruación, para la cual, necesitan no sólo - orientación psicológica sobre la posibilidad de procrear y la falta de responsabilidad al tener un hijo, sino también del aseo corporal más cuidadoso y sobre todo en sus partes íntimas. Para lo cual, el maestro tendrá que utilizar mucho de su experiencia y se apoyará en las instituciones de salud correspondientes.

Desarrollo de la propuesta:

a) Darle a conocer a los alumnos, las normas de higiene, - tanto pictográficamente como por escrito, o a través de libros que contengan tales normas.

b) El diálogo, es primordial con estos alumnos, pues a su edad, comprenden muy bien las cosas o actividades, en este caso de higiene personal que tendrá que realizar permanentemente para no perturbar su interrelación con los demás compañeros.

c) Realización de campañas de aseo corporal como: erradicación del piojo, limpieza de uñas, ojos, oídos, cabeza, boca, dientes, y vigilar que realicen su baño diario, aplicación de desodorantes, etc.

d) La realización de concursos, tanto a nivel grupo, como a nivel escuela, son buenos para estimular al alumno a tener - un buen aseo de su cuerpo.

e) La revisión del cumplimiento de la limpieza corporal, - es muy importante, por lo cual se debe realizar como mínimo - dos veces por semana a los alumnos, y éstos a su vez, apoyar -

en la revisión de los alumnos de grados inferiores.

f) Es imprescindible la comunicación con los padres de familia, a través de reuniones, visitas domiciliarias, entrevistas, etc., no sólo con los alumnos que presenten problemas de higiene, sino también con los que no tienen este problema, para que de esta manera, no se incremente el problema por la negligencia tanto del maestro, como de los padres de familia.

g) En lo que respecta a los padres renuentes, a pesar de todos los esfuerzos, por hacerlos entrar en razón, se deberá - solicitar la cooperación de las autoridades tanto civiles, como de salud, para que éstos padres colaboren, puesto que con - sus actitudes, perjudican a los demás alumnos que si cumplen - con las normas higiénicas.

6. APLICACION Y ANALISIS

Mediante una serie de estrategias metodológicas, se llevó a la práctica la Propuesta Pedagógica "Cómo lograr una adecuada higiene personal, para obtener un mejor aprovechamiento".

Unos días antes de la aplicación de la propuesta platicué con el Director de la Escuela, para informarle sobre mi objetivo y el deseo de superar con mis alumnos la importancia que -- tiene la higiene personal, como social, de inmediato él me respondió que estaba de acuerdo y que le daba mucho gusto pero -- que hiciera llegar la invitación a los demás compañeros para -- que con su ayuda superáramos mejor este problema; hice llegar la invitación y todos estuvieron de acuerdo en **cooperar** con todo lo que estuviera a nuestro alcance ya que este problema nos perjudica a todos por igual, y mucho más a los educando.

La higiene personal del niño es determinante para eficientar su aprovechamiento, ya que si presenta problemas de afecciones en su organismo; por ejemplo en sus oídos, boca, cabello, ropa, etc.; estará bloqueada su audición, vocalización; por lo tanto se decidió poner en práctica lo siguiente:

Fase 1. De enero al 31 se optó por realizar campañas de concientización hacia la Comunidad en general, a través de los homenajes, asambleas de padres de familia, conferencias con -- los médicos del centro de salud, carteles, abordando temas en las clases que se les imparten a los niños.

Durante los homenajes que se realizan lunes con lunes durante el ciclo escolar, se estableció que el maestro o grupo -- que le corresponda deberá tratar un tema sobre higiene personal, con la finalidad de crear hábitos de limpieza corporal. -- Pensando que de nada servía que los niños se concientizaran, --

si en sus casas persistían los malos hábitos de higiene, se decidió abordar los mismos temas de los homenajes, con los padres de familia, en las asambleas programadas ese mes, siendo cuatro homenajes y una asamblea.

Se entablaron pláticas con los médicos del Centro de Salud y con autoridades del DIF, con la finalidad de que dieran unas pláticas acerca de la importancia de la higiene en el cuerpo humano, lográndose ésto en la segunda semana del mes de enero; sin embargo, para reforzar el trabajo, se elaboraron -- carteles con leyendas como: "EL BAÑO DIARIO MANTIENE SALUDABLE TU CUERPO", " EL CEPILLADO MANTIENE SANOS TUS DIENTES", "PON LA BASURA EN SU LUGAR", entre otros.

En la segunda fase, que comprendió el mes de febrero se trabajó directamente con los alumnos (sin dejar de informar a los padres) de la siguiente forma:

Realizar campañas de supervisión del cuidado de uñas, los días lunes y viernes de cada semana, los martes revisión de la limpieza de las orejas, dientes, ropa, aseo corporal (baño). -- Los días miércoles se decidió aplicar un "Shampo" para la despiojización, en este caso, se invitó a los padres de familia a colaborar y prolongar la campaña en sus hogares.

El mejor estímulo implementando fue otorgar un banderín a los grupos, con mejor presentación e higiene; así como a los niños y padres que se les expidió una hoja laudatoria en reconocimiento a su apoyo y trabajo realizado durante las campañas.

En su tercera fase, que comprendió los meses de marzo y abril.

Durante esta etapa se decidió trabajar en el grupo y fuera de él las siguientes actividades:

Apartir de ésta fecha quedaba implementado como norma la-

supervisión del aseo personal, todos los lunes, 15 minutos antes de iniciar las clases, llevándose a votación, y aceptando de conformidad, tanto padres de familia, como niños y maestros; a estos acuerdos se llegaron mediante una serie de entrevistas y pláticas con las personas antes mencionadas.

Como el programa nos da la opción de dedicar una hora con treinta minutos a la semana, para Educación para la Salud y sobre todo que el método en el primer ciclo es globalizado, durante las clases se implementaran las siguientes estrategias:

De una a dos veces por semana se realizaba con los niños el juego "Caras y gestos", con la finalidad de que hicieran una "mueca", a las cosas desagradables de higiene personal, con esto se les pidió a los niños que lo plasmaran en sus cuadernos o en su hoja blanca que se les daba, por medio de dibujos.

Se integraron comisiones permanentes y rotativas de higiene personal y colectiva.

Se realizaron juegos como: "La casita", "El doctor", entre otros; juegos que expresaban la necesidad e importancia de la higiene escolar y personal.

Se narraron cuentos e historias alusivas al grado, edad, y tema de la higiene.

En la fase cuarta, que comprendió el mes de mayo se decidió trabajar con los niños el tema, de relevante importancia, "HIGIENE DE LOS ALIMENTOS".

Durante la primera semana se trabajó con láminas alusivas al tema. Se platicó que en la actualidad, la causa principal de las enfermedades del aparato digestivo es la falta de higiene en la preparación, manejo y consumo de los alimentos.

Cuando consumimos alimentos contaminados, generalmente adquirimos alguna enfermedad gastrointestinal que se manifiesta-

en un corto tiempo con síntomas como: vómito, diarreas, dolores de cabeza, cólico y hasta fiebre. Además también se pueden adquirir algunos parásitos como amibas, lombrices, etc. Para evitar y prevenir este tipo de enfermedades, es necesario habituarnos a las prácticas de reglas higiénicas en la preparación, manejo y consumo de los alimentos. Algunas de ellas son:

a). Lavarse las manos al preparar los alimentos, antes de comer y después de ir al baño.

b). Lavar bien los alimentos que se consumen crudos como frutas y verduras.

c). Hervir bien la leche antes de consumirla.

d). Cocer bien las carnes, sobre todo de res y cerdo, para que mueran los parásitos que puedan tener.

e). Lavar bien los trastos que se utilizan para guisar o consumir.

f). Hervir bien el agua antes de consumirla y sobre todo si es de pozo, y de vez en cuando clorificarla y darle mantenimiento, cada vez que sea necesario.

A través de los dibujos y comentarios se les dijo que hicieran sus propios dibujos y que lo dieran a conocer a su familia. Las láminas alusivas al tema se pegan en las paredes del aula, para motivar al alumno.

Habiendo realizado esta actividad, durante la segunda semana se les pidió que llevaran una fruta cualquiera. Al inicio de la clase se les presentó unas láminas con dibujos de niños y frutas, una lámina donde el niño lava la fruta y la consume, otra, donde recoge la fruta del pie del árbol y se la lleva a la boca y posteriormente observamos otras láminas donde hay un niño enfermo y otro niño sano. Al final se les indicó que hay que lavar bien las frutas antes de consumirlas, así como sus -

manos, para evitar enfermedades y gozar de una buena salud.

En las subsecuentes semanas se les creó el hábito a los - educando de lavarse las manos antes de consumir sus alimentos- y después de venir del baño, mediante una presentación de simu- lacros teatrales, por ejemplo "imitar al maestro", a papá, ma- má al compañero. La estrategia estimulante para el niño, como- para el maestro, es darle importancia a la higiene personal y- darle prioridad a las normas de higiene dentro y fuera del au- la. Cada niño hace un poquito de conciencia y trata de venir - aseado en cuanto a su persona, y hace el esfuerzo de mantener- limpio su salón de clase y el plantel escolar, poniendo la ba- sura en su lugar. Claro siempre contando con la ayuda de sus - padres y maestros.

También se tomó el tema "LA BUENA SALUD", en correlación- con el tema anterior y con la finalidad de poner en práctica - y llevar a cabo, la buena higiene en todo sus sentidos, y mu- cho más la higiene personal, se trabajó con los niños, contan- do con la participación de una Promotora de INEA, Padres de fa- milia, con apoyos de materiales didácticos; se les hizo una - plática a los niños de todo los grados.

La salud es indispensable para la vida, por eso debemos - tratar de estar siempre sanos.

La buena alimentación, el aseo personal y el ejercicio a- yudan a mantener una buena salud.

Sin embargo, también debemos prevenir las enfermedades. - Hay enfermedades como la viruela, sarampión, tos ferina, difte- ria, tuberculosis, poliomielitis, tétano, tifoidea, etc., que- pueden ser muy peligrosas sino las prevenimos.

Las vacunas ayudan a prevenir algunas enfermedades. Un ni ño que ha sido vacunado contra esas enfermedades, crecerá sano

y fuerte y gozará de buena salud.

Es importante que los padres de familia, acudan al centro de salud de nuestra Comunidad o a la cabecera Municipal llevando a sus hijos; ya que a través de carteles, pláticas, y medios de comunicación, se invitan a las personas a que acudan a vacunar a sus hijos para prevenir las enfermedades antes mencionadas o les sugieran algunas medidas para evitar accidentes.

Con esto se pretende que maestros, padres de familia, y alumnos estén siempre en contacto directo para el bienestar y la buena salud de la familia. Y que desde pequeños vayan tomando conciencia de lo que es la vacunación y para que les sirven

Al vacunarlos contra las enfermedades prevenibles, le estás garantizando el mejor comienzo a su vida.

En la quinta y última fase, que comprendió el mes de junio, se tomó el tema "LA IMPORTANCIA Y LA UTILIZACION DEL AGUA" esto en la primera semana, se trabajó con dibujos alusivos al tema.

El agua es el más útil de los minerales. Se usa en la preparación de los alimentos, en la limpieza de la casa, para lavar la ropa, asear nuestro cuerpo; también la usa el agricultor para regar sus cultivos, el albañil para preparar la mezcla; además por el agua se puede viajar, con ella se mueven las máquinas de algunas fábricas y molinos, y convertida en vapor, impulsa trenes y barcos.

El agua constituye un alimento indispensable para la vida por eso, la que utilice para beber debe ser pura.

El agua pura es inodora, incolora e insípida; es decir, no tiene olor, color ni sabor.

También se les dió a conocer los tres estados del agua, que son: sólido, líquido, y gaseoso. La cual se hizo la demos-

tración, y se utilizaron los siguientes materiales: un pedazo de hielo, un frasco de vidrio y un plástico para taparlo. Seguidamente se hizo la demostración.

Se les explicó que en el agua hay seres que no podemos ver; esos seres se llaman microbios y pueden causar enfermedades.

Se dió a conocer que para librar el agua de esos microbios se debe hervir o filtrar el agua; al hervirla, la alta temperatura mata a los microbios; al filtrarla, los microbios e impureza se quedan en el material poroso que contiene el filtro.

En la segunda semana se realizó un estudio explorativo de la Comunidad con los niños, con la finalidad de investigar el tipo de agua que se consume, si es potable, de pozo, laguna, arroyo, o río.

En la tercera semana se formaron equipos con los niños para que hicieran el simulacro, de las actividades que hacen sus padres para el consumo y el cuidado del agua.

En la cuarta semana se realizó un periódico mural, a través de recortes y dibujos, acerca de la higiene, cuidado y conservación del agua.

Se llevó a efecto un "pequeño" experimento acerca de los productos orgánicos que tiene el agua, consistió en dejar en reposo en varios frascos, diferentes tipos de agua, de pozo, río, y potable; encontrándose en el tercer día que el frasco que contenía agua de río, si contenía residuos, ya que se observó en el fondo del frasco.

Los padres de familia fueron invitados a esta clase; con la finalidad de hacer conciencia en ellos de la importancia que tiene hervir bien el agua antes de consumirla; ésto evita-

rá problemas de salud.

Evaluación: Es de suma importancia conservar y cuidar la salud de nuestros educandos, y la única manera de lograr ésto, es a través del trabajo en conjunto con los padres de familia, autoridades del lugar, maestros y alumnos, trabajar con un sólo objetivo, haciendo a un lado las diferencias y problemas -- personales. Como punto prioritario, la niñez, que son los gran des hombres del futuro de nuestra patria chica, Tabasco.

Se puede decir que la presente propuesta se aplicó al 100 %, fue llevada a cabo ya que en la encuesta aplicada a una población de 40 alumnos, el 80% afirma que el maestro lleva a la práctica actividades acerca de la higiene personal. (ver anexo 1).

Por otro lado, el 90% de los alumnos opinó que la higiene es muy importante, el 4% la considera poco importante. (ver anexo 2).

Acerca de las actividades realizadas para mantener limpia su escuela se encontró lo siguiente el 50% de los niños lo hace recogiendo la basura, el 25% tirando la basura en lugares a decuados, el otro 25% sólo lo hacen en las campañas que se implementan. (ver anexo 3).

También se aplicó una encuesta a los padres de familia el día 12 de abril de 1994, para saber el grado del hábito higiénico en cada uno de los hogares de mis alumnos, pudiendo constatar que de los hogares visitados, 11 hogares son de una situa ción económica más o menos solvente y el resto están en condiciones sumamente precarias.

Pero pude darme cuenta que al concluir las entrevistas -- que no es casi la situación económica la falta de higiene personal en esos hogares sino el grado de nivel cultural familiar. (ver anexo 4 y 5).

CONCLUSIONES

La importancia de la higiene es determinante en el proceso educativo. Después de haber investigado, analizado, y estudiado las diversas teorías vigentes acerca de la higiene se -- concluye que:

Existen tres tipos de higiene: La higiene personal, higiene pública y la higiene social.

La higiene personal es la que se refiere a las más elementales normas de aseo y limpieza corporal que salvaguarden la salud del individuo incluyendo la higiene mental.

La higiene pública es la que procura el bienestar de los individuos que viven en la ciudad o el campo, encargándose de cuidar que todos los servicios públicos reúnan las condiciones higiénicas adecuadas, como son: Agua potable, drenaje, energía eléctrica, las calles, los mercados, y control de los alimentos, etc.

La higiene social son las medidas que realizan las autoridades sanitarias tendientes a promover y conservar un medio social adecuado con el objeto de conseguir la comodidad social de la población; entre otras combatir la pobreza colectiva, la vivienda socialmente adecuada, el estado de necesidad económica, alimentación suficiente, etc.

En otro renglon, la higiene escolar, es la encargada de vigilar que la escuela cuente con los requerimientos establecidos, para el buen desarrollo del proceso de enseñanza--aprendizaje; deberá contar la escuela con una buena ubicación, ventilación, iluminación, áreas verdes, talleres adecuados, canchas de esparcimiento, mobiliarios adecuados, baños y excusados en-

muy buenas condiciones, etc.

- Por lo tanto el cuidado del aseo personal y la alimentación adecuada, así como el trabajo, el descanso y la recreación debidamente distribuidos, son prácticamente una garantía de la conservación de la salud de todo individuo, pero particularmente del niño cuyas diversas estructuras están en pleno desarrollo y que si sufre trastornos físicos o mentales, esto -- provocará alteraciones al futuro, joven o adulto

La adecuada higiene del escolar le permitirá optimizar su aprendizaje y nadie mejor que el maestro, sea el promotor de -- hacer conciencia en los niños, padres de familia y autoridades de la importancia que tiene ésta.

Por lo cual la mejor manera de concientizar a los niños -- es a través de actividades que lo involucren en el cuidado de su propio cuerpo y esto sólo se logra mediante propuestas bien definidas y dirigidas por los maestros en ejercicios.

129505

SUGERENCIAS

La árdua labor del maestro en su cotidianeidad educativa - le permite observar, detectar e investigar problemas que afectan el aprendizaje del niño en edad escolar. Habiendo estudiado y analizado las diversas perspectivas teóricas e investigación de campo, a través de la observación directa me permito - sugerir:

Que las campañas de higiene que implementen las autoridades, los maestros, padres de familia y niños los hagan permanentes.

El maestro adecuándolas a su programa en el área de Medio Ambiente y Salud.

Que los buenos hábitos y normas adquiridos por los niños, tanto en su casa como en la escuela, se lleven a cabo permanentemente.

Implementar una serie de estrategias que motiven al niño a cuidar su cuerpo, vestido y escuela y comunidad donde vive.

En las asambleas o juntas de padres de familia que se realizan se den pláticas o conferencias sobre los tipos de higiene que existen.

Invitar a las autoridades en la materia, a dar conferencias, a maestros, padres de familia, y niños de la importancia de preservar la salud a través de una adecuada higiene personal, pública y social.

Realizar campañas de descacharrización en la comunidad, - donde participen autoridades y la comunidad en general.

Vigilar y supervisar que las condiciones higiénicas de -- los baños y excusados; sean los adecuados.

Realizar periódicos murales con los niños, con temas alusivos a los diferentes tipos de higiene.

Invitar al Director de la Escuela y a los compañeros docentes a seguir fomentando en los niños, y a las nuevas generaciones el hábito de la higiene personal como social.

Que se haga cotidiano en los homenajes los consejos básicos de preservación y conservación de la salud.

Esperando que estas sencillas pero significativas sugerencias sirvan para mejorar la salud de nuestros niños.

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

- AGUILAR Kublí, Eduardo, Padres positivos, México, Pax, 1980.
- AGUAYO, Higiene escolar, México, Kapelusz, 1972.
- ALPERRIN, Curso de higiene, Argentina, Kapelusz, 1980.
- ALPERRIN, Higiene escolar, Argentina, Kapelusz, 1982.
- BASTIN George, ¿ Por qué fracasan nuestros escolares ?, México Ediplesa, 1986.
- CABIB Sofia, Manual de psicología educacional, Argentina, Kapelusz, 1979.
- CENDRERO Luis, Elementos de higiene, México, Porrúa, 1977.
- (s.a.), ENCICLOPEDIA Pedagógica, México, Océano, 1980.
- HORTON Paul, Sociología, México, (s.e.), 1980.
- LANGE Oskar, La economía en las sociedades modernas, México, - Grijalbo, 1966.

A N E X O S

ANEXO 1
T A B L A 1

1.- ¿ Tu maestro ha realizado una serie de actividades, acerca de la higiene personal, en este curso ?

RESPUESTAS	CONTEO	PORCENTAJE
a	32	80%
b	6	15%
c	2	5%
TOTALES	40	100%

- a) Varias veces.
- b) Algunas veces.
- c) Nunca.

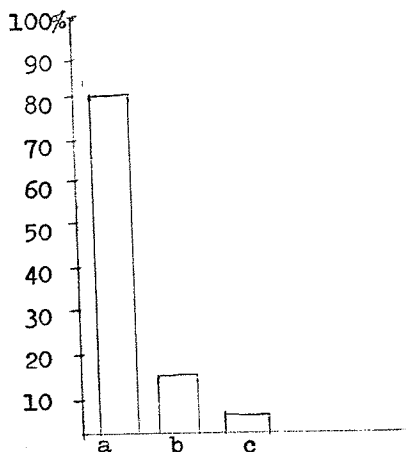


Fig. 1 opinión de los alumnos acerca de las-
actividades de higiene personal.

ANEXO 2

T A B L A 2

2.- ¿ Cómo consideras la higiene personal ?

RESPUESTAS	NUMERO	PORCENTAJE	
a	36	90%	a) Muy importante
b	4	10%	b) Poco importante
c	0	0%	c) Sin importancia
TOTALES	40	100%	

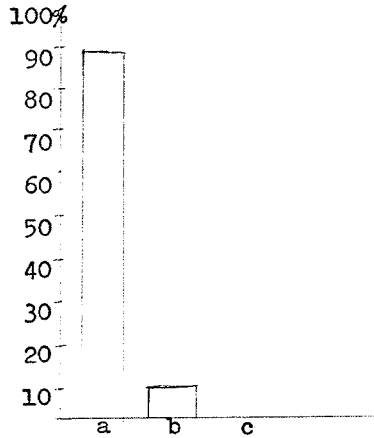


Fig. 2 opinión de los niños.

ANEXO 3

T A B L A 3

3.- ¿ Cómo mantienes limpia tu escuela ?

RESPUESTA	NUMERO	PORCENTAJE
a	20	50%
b	10	25%
c	10	25%
TOTALES	40	100%

- a) Recogiendo basura
- b) Tirando la basura en su lugar
- c) Sólo cuando hay campaña de higiene

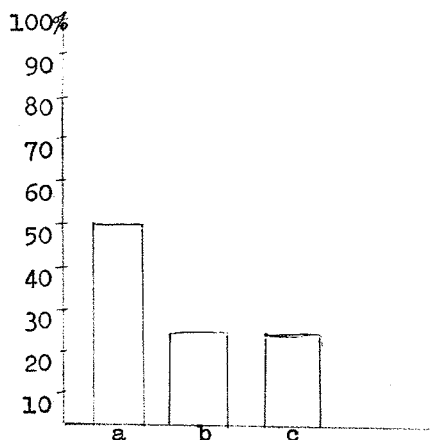


Fig. 3 Actividades que realizan los niños -
para mantener limpia su escuela.

ANEXO 4

ENTREVISTA

ENTREVISTADOR: _____

ENTREVISTADO: _____

DOMICILIO: _____ MUNICIPIO: _____

FECHA: _____

- 1.- ¿ Cuántas personas habitan en esta casa ?
- 2.- ¿ Cuántas habitaciones hay ?
- 3.- ¿ Están los sanitarios dentro de la casa ?
- 4.- ¿ Hay agua potable en esta casa ? Si la respuesta es no, -
de cuál hay ?
- 5.- Los niños de este hogar que llegan a la escuela, ¿ usan --
uniforme ? si es la respuesta afirmativa ¿ Cuántos tiene ?
- 6.- ¿Cuál es el ingreso mensual de esta familia ?
- 7.- La economía de ustedes, les permite comprar artículos hi--
giénicos como: detergente, jabón, talco, desodorante, pas--
ta dental, etc.?
- 8.- ¿ Cuántas veces al día se cepillan los dientes, esta fami--
lia ?
- 9.- ¿ Cuántas veces al año, asisten al dentista para la revi--
sión o limpieza dental ?
- 10.- ¿ Qué enfermedades han padecido los miembros de su fami--
lia ? y ¿ Cuáles son ?

- 11.- ¿ Usted piensa que es importante darle orientación de higiene a sus hijos y por qué ?
- 12.- ¿ Considera usted que la enseñanza de higiene que su hijo recibe en la escuela, le sirve de algo ?
- 13.- ¿ Cree usted que es necesaria la comunicación entre el maestro de su hijo y usted, por qué ?
- 14.- ¿ Piensa usted que la higiene personal de sus hijos es de gran importancia en la relación con sus otros compañeros ?
- 15.- ¿ El sector salud ha hecho campañas de salud y de higiene en beneficio de este Ejido, cuáles ?

ANEXO 5

GUIA DE OBSERVACION EN LA ENTREVISTA

Distancia de la vivienda a la escuela.

Tipo de vivienda (construcción)

Si hay animales domésticos en esa casa, viven dentro o fuera.

Si se mantiene limpia la vivienda y si no ¿Cuál es el motivo?

Existe algún foco de infección cercano al hogar, ¿Cuál?

Si tiene patio la casa, ¿se encuentra limpio o despejado?

Se visten higiénicamente los habitantes.

Hay energía eléctrica.

Tiene agua potable y servicios sanitarios básicos, drenaje.

Qué aparatos usa para cocinar.

En donde duerme la familia

Existen insectos o alimañas dentro y fuera de la casa.