



UNIVERSIDAD
PEDAGOGICA
NACIONAL

SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA

UNIDAD SEAD
271



¿COMO MEJORAR LOS HABITOS DE
HIGIENE EN LOS NIÑOS EN EDAD
ESCOLAR?

PROPUESTA PEDAGOGICA PARA OBTENER
EL TITULO DE LICENCIADO EN
EDUCACION PRIMARIA

PRESENTADA POR:

ESTEBAN GARCIA GARCIA

VILLAHERMOSA. TAB, 1994.

DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACION

Villahermosa , Tabasco , a 4 de Octubre de 1994.

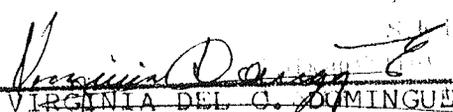
Profr. (a) ESTEBAN GARCIA GARCIA

(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 MEJORAR LOS HABITOS DE HIGIENE EN LOS NIÑOS EN EDAD 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


LIC. VIRGINIA DEL C. DOMÍNGUEZ E.
VILLAHERMOSA, TAB.

DEDICATORIAS

A MIS PADRES CON
RESPECTO Y CARÍÑO
POR SUS CONSEJOS
TAN SABIOS!

A MI ESPOSA Y MIS HIJOS POR
LA PACIENCIA QUE TUVIERON CON-
MIGO EN LOS MOMENTOS DIFÍCIL-
LES.

A MIS ASESORES Y COMPAÑEROS
DE GENERACION QUE COMPARTIE-
RON LA LUZ DEL CONOCIMIENTO.

I N D I C E

| | |
|--|----|
| INTRODUCCION | 1 |
| 1. LA HIGIENE | 3 |
| 1.1. Generalidades | 3 |
| 1.2. Higiene individual o personal..... | 4 |
| 1.2.1. Higiene de los alimentos | 5 |
| 1.2.2. Higiene del cuerpo | 7 |
| 1.2.3. Limpieza de las manos..... | 8 |
| 1.2.4. Higiene bucodental | 8 |
| 1.2.5. Higiene de la nariz | 9 |
| 1.2.6. Higiene de la region anal y de los genitales... | 10 |
| 1.2.7. Higiene mental..... | 11 |
| 1.3. Higiene de la comunidad colectiva..... | 12 |
| 1.3.1. Higiene de la familia..... | 14 |
| 1.3.2. Higiene de la vivienda..... | 14 |
| 2. SALUD..... | 15 |
| 2.1. Importancia de la salud..... | 15 |
| 2.2. La O.M.S. como institución internacional..... | 17 |
| 2.3. Salud de la familia..... | 19 |
| 2.4. Salud mental | 21 |
| 2.5. Salud pública..... | 22 |
| 3. EL NIÑO Y LA HIGIENE ESCOLAR..... | 23 |
| 3.1. Características del niño en el desarrollo cogniti- tivo | 23 |
| 3.1.1. La etapa de la inteligencia sensorio motriz o- sensomotor..... | 26 |
| 3.1.2. La etapa de la inteligencia preoperatoria..... | 26 |

| | | |
|---------|--|----|
| 3.1.3. | El estadio de las operaciones concretas..... | 28 |
| 3.1.4. | Estadio de las operaciones formales..... | 30 |
| 3.2. | Higiene escolar..... | 32 |
| 3.2.1. | Finalidades de la higiene escolar..... | 33 |
| 3.2.2. | Higiene del edificio escolar | 33 |
| 4. | MARCO REFERENCIAL..... | 35 |
| 4.1. | La escuela | 35 |
| 4.1.2. | Datos de la escuela..... | 36 |
| 4.1.3. | Estado físico de la escuela..... | 36 |
| 4.1.4. | Funcionamiento de la escuela..... | 37 |
| 4.1.5. | Organización escolar. | 37 |
| 4.1.6. | La asociación de padres de familia..... | 38 |
| 4.1.7. | Cooperativa escolar..... | 38 |
| 4.2 | La comunidad..... | 39 |
| 4.2.1. | Datos de la comunidad..... | 39 |
| 4.2.2. | Tradiciones y costumbres..... | 40 |
| 4.2.3. | Aspecto social..... | 40 |
| 4.2.4. | Aspecto económico | 41 |
| 4.2.5. | Aspecto político..... | 42 |
| 4.2.6. | La flora..... | 42 |
| 4.2.7. | La fauna..... | 43 |
| 4.2.8. | Suelo..... | 43 |
| 4.2.9. | Hidrografía..... | 43 |
| 4.2.10. | Aspecto físico de la vivienda..... | 44 |
| 4.2.11. | Aspecto educativo..... | 44 |
| 4.3. | Grupo escolar..... | 45 |
| 4.3.1. | Mi grupo escolar..... | 45 |
| 5. | PROPUESTA PEDAGOGICA Y ESTRATEGIAS GENERALES DE --- TRABAJO | 47 |

| | | |
|-------|---|----|
| 5.1. | Propuesta para formar hábitos de higiene..... | 48 |
| 5.2. | Propuesta para el despiojamiento..... | 49 |
| <hr/> | | |
| 6. | APLICACION Y ANALISIS | 50 |
| | SUGERENCIAS | 56 |
| | CONCLUSIONES..... | 57 |
| | BIBLIOGRAFIA..... | 59 |

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

La presente propuesta tiene la finalidad, cómo mejorar los hábitos de higiene escolar, ya que al observar a los niños que asisten a la escuela con poco interés en relación al aprendizaje, me di a la tarea de investigar por qué presentaban estos problemas. Visitando a éstos niños en sus domicilios y observandolos en el salón de clases, detecté que muchos niños se encontraban con parásitos (piojos) en el cuero cabelludo y que eran estos los causantes de la falta de alegría e interés en las clases.

Por tal motivo seleccioné este problema que creo que afecta el proceso formativo de los alumnos, por otro lado el objetivo que se persigue en esta propuesta, es la formación de los hábitos de higiene personal de los educandos.

Este trabajo consta de varios capítulos en la cual se da una ligera visión de cada uno de ellos, el primero se refiere a la higiene que es la rama de la medicina que trata de la conservación de la salud y la prevención de las enfermedades.

El segundo capítulo trata sobre la importancia de la salud como el don más preciado y algunas definiciones que hace la O.M.S. como organismo internacional, el tercer capítulo se refiere, el niño y la higiene escolar; afirmando que el niño normal atraviesa por cuatro estadios principales en su desarrollo cognitivo: estadio sensomotor, preoperatorio, de las operaciones concretas y de las operaciones formales.

El cuarto capítulo es el marco referencial en donde se dan algunos datos a cerca de la comunidad, la escuela su funcionamiento, organización y algunas costumbres y tradiciones.

El quinto capítulo nos habla de la propuesta pedagógica y estrategias generales de trabajo, en donde se propone de como formar los hábitos de higiene; el sexto capítulo el lector encontrará la aplicación y análisis de la propuesta en la cual se desarrolló en el campo de trabajo haciendo algunas consideraciones e intenciones que han decidido a llevarla a efecto.

Por otra parte en este trabajo se encontrará algunas sugerencias, conclusiones generales y anexos.

1. LA HIGIENE

1.1. Generalidades

La higiene es la rama de la medicina que trata de la conservación de la salud y de la prevención de las enfermedades.

"La palabra higiene se deriva de la voz griega Higea-sano de Higia, nombre de la diosa de la salud".(1)

Higiene es el conjunto de conocimientos y técnicas que deben aplicar los individuos para el control de los factores que ejercen o pueden ejercer efectos nocivos sobre su salud. Debe ser aplicada por todo los individuos para ellos mismo, para su familia y por último para su grupo social. Sus objetivos son: mejorar la salud, conservarla y prevenir las enfermedades.

"Higiene es la ciencia de la salud que dicta reglas e implica una disciplina tendiente a la preservación de las enfermedades, manteniendo así el buen estado físico y mental del individuo".(2)

La higiene es el enemigo natural de los microbios que son seres muy pequeños, no se ven a simple vista, pero que viven en el agua, en el polvo, en la piel y en los intestinos.

Para combatir los microbios es importante practicar la higiene personal, de los alimentos y de la vivienda.

Debido a las medidas de higiene y a la medida preventiva la cantidad de personas que se enferman es un padecimiento determinado, ha disminuido considerablemente inclusive casi han-

(1) AGUILAR y Barrena, Tratado elemental de la higiene, p. 145

(2) SOLA Mendoza, Higiene escolar, p. 13.

desaparecido enfermedades que antes destruían a poblaciones enteras, como era el caso de la fiebre amarilla, la viruela, el cólera, la peste, la escarlatina, la rabia, el tifo, la polio-mielitis, el paludismo entre otras.

La higiene generalmente se divide en dos partes: La higiene individual o personal las que tiene como finalidad conservar la salud de cada uno de nosotros y la higiene de la comunidad o colectiva las que nos indica, cómo cuidar la salud de un grupo de personas, de un pueblo, de una ciudad o de una nación es decir del saneamiento del medio ambiente.

1.2. Higiene individual o personal

La higiene individual se dirige específicamente a las distintas etapas de la vida: lactante, preescolar, escolar, adolescente, adulto y anciano. En cada etapa deben considerarse los aspectos biológicos y sociales específicos, por ejemplo, dentro de los aspectos biológicos hay factores estructurales (higiene de los huesos, articulaciones, músculos, órganos de los sentidos, piel etc.) y factores funcionales (sueño, nutrición, sexual, etc.). El aspecto psicológico se estudia por medio de la higiene mental y dentro del aspecto social se estudian la educación, el trabajo. En el aspecto cultural se estudia los hábitos y las costumbres.

Siempre deben considerarse las reglas de la higiene, en cada etapa de la vida hay aspectos higiénicos específicos: durante la lactancia y el primer año de vida son más importantes el aseo, la alimentación, la higiene mental y las inmunizaciones, en la edad preescolar (de 1 a 4 años) siguen siendo importantes estos aspectos, se inicia la educación sexual y la for-

mación de hábitos, durante la edad escolar (de 5 a 14 años se fundamentan los hábitos, la higiene sexual es más importante y las inmunizaciones ya no lo son tanto.

"La higiene personal es el conjunto de reglas que conducen a la conservación y mejoramiento de la salud, por medio de la limpieza general o regional del cuerpo y del ejercicio físico".(3)

Para establecer reglas higiénicas, para saber lo que nos hace bien y conocer lo que nos perjudica es necesario estudiar el organismo humano sus funciones y sus órganos, como son: el aparato digestivo, circulatorio, respiratorio y locomotor. El primer cuidado de nuestro cuerpo es alimentarlo porque sabemos que constituye la base del sostenimiento de los órganos. No olvidando que los alimentos se deben seleccionar no sólo en cantidad, si no que contengan cualidades nutritivas.

1.2.1. Higiene de los alimentos

Los alimentos se pueden contaminar biologicamente a partir de individuos enfermos o de portadores durante su elaboración, por medio de insectos o roedores durante su almacenamiento, durante su transporte por una manipulación inadecuada, durante su distribución al público o en la casa del consumidor.

El polvo puede contener microorganismos principalmente en los lugares donde existe el fecalismo al aire libre (las personas defecan al aire libre) o las moscas pueden transportar a los agentes biológicos y depositarlos en los alimentos.

(3) S.E.P., Educación para la salud, p. 127.

Los peces, crustáceos o moluscos pueden ser portadores de microorganismos debido a que las aguas cada vez están más contaminadas, por lo que también pueden tener sustancias químicas perjudiciales. Los cereales, las frutas y verduras en muchas ocasiones están en contacto con agua contaminada por agentes biológicos y por otra parte, pueden contener pesticidas.

Los alimentos son necesarios para vivir, crecer y mantenerse sano, pero si los alimentos vienen de animales enfermos, si se contaminan con polvo, microbios o parásitos al prepararlos o por no conservarlos cubiertos, se convierten en un enemigo peligroso para la salud. (4)

Los alimentos deben ser manejados y preparados con toda limpieza, pues de lo contrario propiciarán enfermedades, algunas muy frecuentes y causantes de una elevada mortalidad, como son: diarreas, salmonelosis, parasitosis intestinales, intoxicaciones y otras enfermedades gastrointestinales que atacan sobre todo a los niños y a los ancianos.

Por otra parte, los alimentos así como las manos deben estar limpias, si se trata de frutas y verduras que se comen crudas, hay que lavarlas bien antes de comerlas porque pueden contener microbios o huevecillos de parásitos que, si se ingieren causan enfermedades.

Además deben cocerse bien todas las carnes, sobre todo la de cerdo, carnero o res, de lo contrario pueden ser el vehículo para producir a nuestro organismo larvas de parásitos como la solitaria; la triquina, etc. que ocasionan serias enfermedades.

(4) S.E.P., Para cuidar la vida, p. 40.

1.2.2. Higiene del cuerpo

Para que el cuerpo se mantenga sano, es necesario observar las siguientes normas:

El baño es el mejor medio para conservar limpia y sana la piel, ya que elimina y arrastra las partículas propias de la renovación celular o de las secreciones glandulares. El baño diario es recomendable, porque proporciona una sensación de bienestar, y le da confianza al individuo por sentirse bien presentado.

El enjabonado de la cabeza requiere agua y jabón en abundancia, para remover la suciedad, ya que muchas enfermedades llegan a contraerse en el cuero cabelludo, como la tiña, originado por usar peine de personas enfermas; la caspa se propaga de una persona a otra, si ambas usan el mismo peine; el tifo es una de las más graves enfermedades infecciosas transmitida por el piojo infectado. Siendo "Los piojos insectos malófagos de color pardo, cuerpo ovalado y chato, tiene seis patas de dos artejos y boca con tubo que sirve para chupar, viven sobre los mamíferos". (5)

Todos los piojos se adhieren fuertemente a los pelos del cuerpo o las fibras de los tejidos de la ropa, de modo que viven de manera casi permanente sobre el huésped. Los huevos son adheridos a los pelos, garantizandose así la permanencia de la infestación.

Es muy interesante señalar que el sudor, en cierta forma, es repelente para los piojos.

(5) Diccionario enciclopedico ilustrado, entrada "piojo"

1.2.3. Limpieza de las manos

Las manos transportan fácilmente, de un lugar a otro numerosos microbios, ya que están en contacto directo con el exterior; por lo tanto su higiene es de vital importancia para evitar enfermedades.

Es recomendable lavarse las manos con agua y jabón, porque los niños con mayor frecuencia se llevan sus manos a la boca. Por otra parte, lavarse las manos después de ir al baño y antes de comer, también se recomienda hacerlo después de jugar manipular dinero o usar transporte público.

En caso de que las manos sufran de heridas o llagas no deben ser vistas con descuido, sino que deben ser desinfectadas, con el fin de evitar la progación.

Cuidar de que las uñas no esten sucias no largas, por el feo aspecto que presentan y por ser transmisoras de microorganismos, por lo que se deben cortarse con regularidad, para que su longitud no interfiera con la función de los dedos; para su completa limpieza debe emplearse un cepillo duro.

1.2.4. Higiene bucodental

La boca es el orificio a través del cual ingerimos los alimentos, es lugar ideal para la supervivencia y multiplicaciones de microorganismos debido a su temperatura que es aproximadamente 37°c., es por este motivo que su higiene debe ser eficaz.

Para que la cavidad bucal y los dientes se conserven es necesario cepillarlos, después de ingerir alimentos y golosinas, de preferencia tres veces al día, eliminado con esto los

restos alimenticios; de lo contrario, las partículas de los alimentos que quedan entre los dientes se descomponen, los atacan y poco a poco los destruyen produciéndose la carie dental y la piorrea que son muy frecuentes en toda la población, siendo la caries la enfermedad más frecuente en el hombre y puede complicarse afectando a las articulaciones, el riñón, etc.

Las encías se pueden infectar por el uso inadecuado del cepillo, por lesiones ocasionadas por el palillo y por los restos de alimentos; si esta infección avanza, se presenta la piorrea, las encías se inflaman, sangran y se aflojan las piezas dentarias.

El uso de la pasta dental no es tan importante como el cepillado y aún éste no es suficiente, por lo que periódicamente se debe visitar al dentista para que haga una buena limpieza.

La caries se puede prevenir disminuyendo la ingestión de dulces, caramelos, chocolates, y sustancias ácidas, teniendo una dieta adecuada durante el embarazo, aumentando la resistencia del diente por medio del fluor que se ingiere con el agua o aplicando fluoruro de sodio o de estaño directamente sobre los dientes en forma periódica.

1.2.5. Higiene de la nariz

La nariz, en su parte inferior, presenta un par de orificios que comunican las fosas nasales con el exterior. Su función es proteger el nervio olfativo y filtrar y calentar el aire.

Se recomienda respirar por la nariz y a través de un pañuelo cuando se pase en lugar donde haya polvo. También se --

debe tener presente, no meter los dedos en la nariz porque si los dedos están sucios, pueden introducir microbios que dañan el organismo.

Por otro lado el desarrollo normal de pecho y de los pulmones es la base para una buena respiración. Es recomendable pasear con la mayor frecuencia por el campo, las montañas y a orilla del mar, pues en dichos lugares se respira el aire más puro; lo que no es posible en los lugares muy poblados y menos en las habitaciones estrechas y cerradas.

1.2.6. Higiene de la región anal y de los genitales

El ano es una región que requiere cuidados especiales para su aseo ya que en él se acumulan fácilmente pequeñas partículas de excrementos y para evitarlo es necesario lavarlo con espuma de jabón diariamente o las veces que sea necesario.

De igual manera el aseo de los órganos genitales externos debe realizarse en forma habitual, ya que, en el caso del hombre, se acumulan fácilmente en ciertas partes del miembro partículas de suciedad, ocasionando irritaciones y comezón. En las mujeres el aseo debe realizarse con todo cuidado y delicadeza, ya que por la constitución anatómica de los mismos, pueden ser objeto fácil de infecciones graves, pero es durante la menstruación o regla cuando debe acentuarse la limpieza.

Si se padece de hemorroides (almorranas), la limpieza debe hacerse con sumo cuidado.

El uso del papel es una necesidad, no un lujo, ya que si utilizamos papel ordinario o papel periódico, podemos lastimar la delicada mucosa del ano o infectarla, si no se tomaran estas precauciones podría originar problemas serios y molestos.

1.2.7. Higiene mental

Se considera la mente y el cuerpo como una unidad o un todo integrado, una persona puede volverse física o mentalmente enferma como resultado de una adaptación defectuosa a su ambiente, ya que "un padecimiento mental perturba las funciones del organismo, de igual modo que las enfermedades físicas transforman a uno en forma emocional, por eso, quien mantiene su cuerpo sano, será probable que conserve su mente sana". (6)

El individuo debe conservar su salud mental, la cual entendemos como un estado de bienestar emocional, producido por la adaptación del individuo a la realidad externa e interna y que tiene como manifestación la capacidad de establecer relaciones interpersonales productivas y estables.

No es posible dictar una serie de normas fijas de cuyo cumplimiento depende la salud mental, ya que las causas de trastornos pueden localizarse en todos los ámbitos de la existencia humana y nunca podrían enumerarse todas las situaciones condiciones personales y ambientales, experiencias negativas, conflictos, problemas, etc., capaces de ocasionar algún trastorno mental. Así mismo muchos factores que causan trastornos mentales corresponden al grado de civilización y a la situación política y económica de las comunidades actuales. Pero se pueden señalar algunas recomendaciones de carácter general, tales como:

a) Evitar los factores más comunes que en lo psicológico y en lo orgánico son capaces de generar trastornos mentales.

(6) S.E.P., Educación para la salud, p. 140.

b) Descubrir o identificar en el menor tiempo, y canalizar adecuadamente, los casos de trastornos o riesgo del mismo, recibiendo atención cuando el problema es incipiente y hay mayor posibilidad de ayudar con eficacia.

c) Manejar del modo más conveniente o apropiado ciertas situaciones humanas (embarazo, menopausia, jubilación laboral, etc) que son especialmente difíciles desde el punto de vista mental.

d) Enfocar más acertadamente y actuar con mayor eficacia, frente a ciertos problemas sociales, como la prostitución, el pandillerismo, el alcoholismo, la drogadicción, etc.

1.3. Higiene de la comunidad o colectiva

La higiene de la comunidad es el conjunto de conocimientos, técnicas y actividades que permiten el control de los factores del medio en que vive una sociedad, tendientes a promover su bienestar físico, mental y social.

Esto se puede lograr por medio del abastecimiento de agua potable, el control de las excretas, el control sanitario de los alimentos, el control sanitario de la vivienda, el control del saneamiento de la atmósfera, de los medios de transporte y de los sitios de reunión y de recreo.

En relación al agua, sus contaminantes pueden ser físicos químicos y biológicos.

Los contaminantes físicos pueden ser sustancias radioactivas que eliminan las industrias o investigaciones médicas y científicas, que muchas veces no logramos identificar tan fácilmente, estos problemas mayormente se dan en las grandes ciudades.

Los contaminantes químicos pueden provenir de sustancias

orgánicas e inorgánicas, por ejemplo, las proteínas que se eliminan a través del drenaje de las casas, fábricas de alimentos empacadoras, rastros o curtidurías, las grasas que provienen del drenaje de las casas, fábricas de alimentos, de jabón o lavanderías, los carbohidratos que vienen de las fábricas, el carbón, el petróleo, los aceites, los alquitranes, los detergentes sintéticos, el ácido sulfúrico, los insecticidas, los fertilizantes (nitratos), etc.

La contaminación biológica está producida por bacterias, virus, parásitos, toxinas de los microorganismos y que pueden provenir de granjas, establos, curtidurías o del drenaje de las casas, favoreciendo la transmisión de enfermedades como el cólera, la tifoidea, amibiasis, hepatitis, gastroenteritis, etc.

Por otro lado la contaminación del aire es consecuencia del crecimiento de la producción y del consumo excesivo de energía, del crecimiento de la industria metalúrgica, del aumento de la circulación vial, aérea y acuática, del aumento de la basura y de los desechos y del aumento de las actividades domésticas, debido a que al aumentar la población se usan más estufas, calefactores, aerosoles, desodorantes, etc. Algo muy importante en México es el fecalismo al aire libre que consiste en que muchas personas defecan al aire libre y la materia fecal se hace polvo y se dispersa con el tiempo contaminando a la atmósfera.

También los suelos se pueden contaminar por bacterias y parásitos animales que pueden producir parasitosis, micosis, (enfermedades producidas por hongos), tétanos etc., por los desperdicios de las industrias, comercios, casas o construcciones, que pueden ser sólidos como las basuras o líquidos como el petróleo, las aguas negras y por pesticidas.

1.3.1. Higiene de la familia

La familia es el grupo social más elemental y que más influye en el desarrollo de la personalidad de los individuos -- que la componen, la formación de una familia empieza por la -- elección de una pareja, para esto es conveniente, conocer y -- tratar a diferentes personas, con el objeto de tener una base -- más amplia en la elección.

Antes del matrimonio la pareja se debe practicar un exá-- men médico prenupcial donde se especifique que no padecen en-- fermedad de transmisión sexual, tuberculosis, alteraciones men-- tales, lepra o que no son farmacodependientes. Se debe incluir un exámen de sangre para investigar sífilis (se debería inves-- tigar también SIDA).

Es necesario mencionar que la higiene de la familia se re-- fiere a la salud dentro de la vida de la familia y que son to-- das las acciones que se practican a favor de la salud física, -- mental y social.

A nivel familiar el individuo debe tratar de respetar los artículos de uso personal, respetarse entre sí y tener una ac-- titud positiva ante la modificación de hábitos inadecuados.

1.3.2. Higiene de la vivienda

Se llama vivienda la estructura que el hombre utiliza pa-- ra cubrirse y protegerse de las inclemencias del tiempo, con -- sus dependencias que son los servicios e instalaciones neces-- rias o convenientes para la salud física, mental y social del-- individuo, la familia y la sociedad.

La vivienda es importante para mantener la salud y evitar

2. S A L U D

2.1. Importancia de la salud

Existe innumerables definiciones sobre salud como el don más preciado. Según Rabelais, define "La salud es nuestra vida no hay vida sin salud, ni la vida sin ella es viable". (7)

Richet, definió la salud como: La vida en el silencio absoluto de los órganos.

La definición del profesor Delore nos parece más abaricante; no sólo piensa en el componente físico de la salud sino en el florecimiento de toda personalidad.

La salud es libertad, mientras que la enfermedad es fuente de tristeza, de preocupaciones y de inquietud. La salud contribuye a lograr el bienestar físico, mental y social. Siendo la educación un medio privilegiado para mejorar la salud, ya que coadyuva a generar individuos informados, conscientes, responsables y participativos en el cuidado y mejoramiento de la existencia y de la salud como su condición fundamental. (8)

Tener salud es importante para el hombre, pues es la base del bienestar, es fuente de trabajo, es alegría de vivir. Un hombre sano tiene la posibilidad de realizar sus anhelos y esperanzas.

En la actualidad el problema salud ha superado la etapa--referente al individuo y ha alcanzado un fuerte contenido y --significado de carácter colectivo. Por lo tanto "Una familia--

(7) AGUILAR Caballero, Tratado práctico de la medicina moderna p. 30.

(8) S.E.P., Contenidos básicos, p. 14.

enfermedades, si no es higiénica hay un momento de morbilidad y la mortalidad, aumenta la frecuencia de accidentes, relaciones humanas inadecuadas, incomodidad, malestar e insatisfacción.

La atmósfera de la vivienda debe tener pureza química, esto se puede lograr utilizando en forma adecuada el drenaje y los calentadores.

La vivienda debe recibir luz solar y artificial adecuada, además de que debe proteger contra el ruido y tener espacio suficiente.

Las instalaciones deben facilitar las labores domésticas y el aseo personal.

Para proteger contra la transmisión de enfermedades se necesita:

- Agua potable dentro de la vivienda.
- Instalaciones sanitarios
- Proteger las instalaciones
- Evitar factores antihigiénicos cerca de la vivienda, como pueden ser los basureros, etc., ya que la falta de limpieza, la basura y la convivencia con los animales dentro de la casa favorece la reproducción de pulgas, cucarachas, hormigas, e insectos ponzoñosos.

Las cobijas y ropa de cama así como petates, hamacas y cates se deben airear y asolear diariamente para evitar que tengan microbios y se críen parásitos como chinches, pulgas y/o piojos; también deben lavarse frecuentemente y, de ser necesario, desinfectarlos. Por otro lado es conveniente que los pisos no sean de tierra porque guardan polvo, suciedad e insectos, es recomendable cubrirlos con cemento, barro o piedras para poder barrer, recoger fácilmente la basura y lavarlos con agua.

sana puede lograr con más facilidad la integración y bienestar de sus miembros y una comunidad sana puede desarrollar elementos importantes de conforty comodidad de las familias que la integran y de los individuos que la forman".(9)

Por la anterior, se considera que cuando los pueblos son saludables se les respeta y son más considerados. Un pueblo es saludable cuando cuida la salud de sus hijos, cuando evita las epidemias, cuando tiene servicios públicos en óptimas condiciones: hospitales, abastecimiento de agua, control de la producción, distribución y consumo de alimentos, hoteles, mercados, escuelas, parques, etc.

2.2. La O.M.S. como institución internacional

Conforme a la definición que nos da la organización mundial de la salud (O.M.S.) "La salud es un estado de bienestar físico, mental y social, completo y no simplemente la ausencia de enfermedad o incapacidad".(10) Es decir, es una síntesis de cualidades que caracterizan el vigor y la destreza física, la estabilidad emotiva, el desenvolvimiento en las actividades sociales, la alegría de vivir, la adaptación satisfactoria en todo lo que se refiere a la conducta.

En relación a la salud la O.M.S. asegura las siguientes funciones:

- a) Aplicar el reglamento sanitario internacional y recopilar - informaciones epidemiológicas.

(9) S.E.P. Educación para la salud, P. 101.

(10) IDEM., P. 37

- b) Recopilación de documentación y estadísticas internacionales.
- c) Normalizar técnicas sanitarias y sustancias biológicas o terapéuticas.
- d) Coordinar la investigación médica.
- e) Dar servicios de consulta, en lo que se refiere a salubridad pública.
- f) Participar en la asistencia técnica internacional en el marco de la O.N.U.

La O.M.S. en sus programas, la lucha contra las enfermedades contagiosas, sigue teniendo la prioridad; plan mundial de 10 años para la extinción de viruela; campañas contra el paludismo, tuberculosis, lepra, etc. Pero también se extiende a otros dominios de la salud pública: nutrición; protección materno-infantil, sanidad, higiene del trabajo y mental, afecciones cardiovasculares, cáncer, problemas provocados por la explosión demográfica.

Los recientes acontecimientos nacionales y mundiales señalan que no podemos utilizar nuestro propio marco de referencia para medir la salud de cada uno de los individuos del mundo.

Las sociedades hasta de nuestros días han dedicado un buen tiempo de sus estudios científicos a los problemas de salud. La medicina, la inmunoología y la ecología están permitiendo un conocimiento de los agentes nocivos que plantean los distintos problemas de salud en el mundo. Gracias a estas ciencias y otras más, en la actualidad se tiene bajo control un número importante de enfermedades que en otro tiempo han causado altos porcentajes de mortalidad.

El control sanitario debe ser planteado como una estrategia que puede llegar a solucionar los problemas de salud más -

importantes en la comunidad.

La serie de actividades que se realicen para llevar a cabo la estrategia reclaman tiempo, esfuerzo y más que nada conciencia en la comunidad.

Hay variables complejas, tales como la cultura, la nacionalidad, la geografía, la política, la economía, las creencias religiosas, la densidad de la población, la tecnología y la educación, que interactúan para constituir el estilo de vida del individuo y que influye en todas las interpretaciones del concepto de salud. (11)

Resulta evidente que la salud no es un estado constante y estático que pueda definirse en términos absolutos; en vez de ello se puede considerar que la salud es sólo el resultado de una interacción dinámica entre los individuos y todas las variables de su ambiente.

2.3. Salud de la familia

La existencia de la familia depende de que sus miembros reconozcan o acepten relaciones como las que existen entre padre y madre o entre padres e hijos. Por ende la suma total de esas relaciones constituye un sistema familiar.

Sin embargo, se han efectuado muchos cambios en el patrón de la vida familiar durante los últimos decenios. Es más frecuente que la esposa trabaje fuera del hogar o los dos trabajen, así como pueden tener otras actividades remuneradas. Los ingresos de la familia han aumentado. Se disfrutan más comodidades y se tiene un nivel medio de vida más elevado.

(11) ANDERSON, Ann, El embarazo y la salud en la familia, p.18

Se puede considerar que un sistema familiar es la visión amplia de la estructura de organización de la familia y sus modos de funcionamiento. "Así, la unidad familiar surgirá como organismo único con identidad, características, interacciones y recursos de adaptación propios y dependientes de cómo se efectúen las relaciones y se desempeñen los roles".(12)

En la familia existen dos variables importantes como son la cultura y la economía que tienen influencia directa sobre el nivel de salud de un individuo dado. Esas mismas variables intervienen como salud de la familia, éstas pueden afectar a dicha familia ya sea de modo general o solamente a uno de sus miembros.

La presencia de una fuerza disonante provocará una respuesta de adaptación a ello, cualquiera que sea el sentido de la fuerza de cambio, el sistema familiar reaccionará ante ella como un organismo total para mantener el equilibrio que se requiere para la salud.

Una familia alcanza el equilibrio al responder a una fuerza de cambio que tiene un sentido general como por ejemplo, la pérdida de recursos económicos. Si el padre pierde su empleo, los miembros de la familia pueden reaccionar como un sistema buscando un empleo, reduciendo gastos, etc. Al movilizar de ese modo sus recursos de adaptación, la familia da muestras de su capacidad para funcionar como unidad y pueda reducir la fuerza de cambio con el fin de alcanzar un equilibrio, logrando con esto la armonía y el éxito.

(12) GERNEZ, Rieux, Medicina preventiva, salud pública e higiene, pp. 501-502.

2.4. Salud mental

La salud mental tiene el significado de una verdadera ciencia y, en la práctica, es un arte comparable a la medicina. Su práctica puede definirse como un esfuerzo científico para desarrollar y conservar el estado mental más conveniente, a fin de que una persona dé el máximo rendimiento intelectual y viva de la manera más agradable posible.

Los principios de la higiene mental son mas eficaces si se aplican desde temprana edad, los padres, maestros y médicos han de perseverar en aplicarlos.

La salud mental es ser o estar sano mentalmente supone no sólo sentirse bien dispuesto para el cotidiano trabajo y las previsibles dificultades de la vida, sino además ser capaz de mantener esa buena disposición íntima cuando las circunstancias nos deprimen, irritan, disgustan o exaltan, haciéndonos víctimas de injusticias, frustraciones, errores o infamias. Quien esta mentalmente sano vive y ayuda a vivir, participa en los problemas de sus semejantes, pero también sabe distraerse y gozar con las soluciones y los progresos que trae consigo la natural evolución humana. El pensamiento del hombre mentalmente sano suele alcanzar el vuelo hacia un mundo mágico de ensueño o ilusiones, de igual manera la conducta del hombre mentalmente sano no es gazmoña ni hipócrita pero tampoco es testaruda o violenta sabe mantenerse en un estado de tolerancia, independencia y eficiencia, prestando una afable atención, una cordial devoción y un profundo respeto hacia todo ser viviente especialmente al linaje humano. En una palabra: quien esta mentalmente sano es una persona equilibrada, sana y eficiente cualquiera que sea sus dotes y aptitudes.

2.4. Salud pública

Al desarrollarse una sociedad organizada fué haciéndose - cada vez más evidente que era preciso utilizar otros factores, además de los individuales, para el mantenimiento de la salud, y que la comunidad, así como el individuo debían adoptar las - medidas necesarias para la protección de la salud. Es difícil comprender el precio de muertes que cobra las enfermedades --- transmitibles en épocas pasadas.

Una epidemia de peste que se extendió por Europa a media- do del siglo XIV mató a 25 millones de personas.

El hombre también se dió cuenta de la necesidad de emprender un esfuerzo social para fortalecer a la profesión médica - con objeto de que los conocimientos sobre las enfermedades se- emplearan y para poder proporcionar a mayor número de personas los medios de curarse.

La ciencia moderna posee un conocimiento extenso y organi- zado sobre las funciones del cuerpo (fisiología); los or- ganismos que causan enfermedades (parasitología), y la ma- nera cómo estos organismos alcanza a grupos enteros de la población (epidemeología). (13)

Entre las actividades importantes para el mantenimiento - de la salud de la comunidad se cuenta:

- a) La medicina curativa.
- b) La medicina preventiva incluyendo la inmunización.
- c) El saneamiento del ambiente (alimentos, agua, iluminación, - aire, vivienda y condiciones de trabajo).

(13) CLAIR Elsmere, Higiene del individuo y de la comunidad, - p. 263.

3. EL NIÑO Y LA HIGIENE ESCOLAR

La educación higienica es fundamental para prevenir las enfermedades y accidentes. A nosotros, los maestros, nos corresponde educar para la salud a niños y jovenes en edad escolar, con proyección a la familia y a la comunidad.

Para obtener el mayor rendimiento posible en la labor del maestro es necesario dignificar el centro de trabajo que es la escuela y proteger su salud.

Por otro lado, es indispensable, conocer y comprender los diferentes estadios que los niños presentan durante su desarrollo, en específico del estadio de las operaciones concretas -- que va de los siete a los once años aproximadamente.

3.1. Características del niño en el desarrollo cognitivo

Según piaget motivado por el deseo de aprender y explicar la naturaleza del pensamiento y el razonamiento de los niños, dedico más de 55 años de su vida al estudio de la conducta infantil. Sus investigaciones lo llevaron a afirmar que el niño normal atraviesa cuatro estadios principales en su desarrollo cognitivo: Estadio sensomotor, preoperatorio, de las operaciones concretas y de las operaciones formales.

Para él "el desarrollo cognitivo es el producto de la interacción del niño con el medio ambiente, en forma que cambian sustancialmente a medida que el niño evoluciona".(15)

(15) CLIFFORD, Margaret M., Enciclopedia Práctica de la pedagogía. p. 80.

- d) La educación sanitaria, a fin de que el individuo disponga de toda la información existente que le permita mantener una salud vigorosa y resistente a las enfermedades.
- e) La organización administrativa dentro y fuera del gobierno para llevar adelante los programas necesarios.

Es indudable que " Tener el mejor estado de salud posible constituye uno de los derechos fundamentales, cualquiera que sea su raza, religión, opiniones políticas, o condiciones económicas y social ". (14)

Por consiguiente, hay que tener presente que la salud y cómo conservarla es tarea de las personas, de la comunidad, de las autoridades y todas aquellas instituciones que tienen que ver con el bienestar, es decir, con la alimentación, el transporte, la educación, la vivienda, el trabajo, la recreación y los servicios de luz, drenaje y agua potable.

(14) GERNEZ Rieux, Medicina preventiva, salud pública e higiene, p. 501.

Las ideas de Piaget 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 meticulosas observaciones que efectuó de sus tres propios hijos. Utilizando un enfoque de caso clínico, registró diariamente muchas de sus acciones; admitió -- cambios en sus respuestas a estímulos tales como sonidos, luces y objetos en movimiento y realizó experimentos casuales -- con ellos mientras jugaban. Piaget desarrolló gran parte de su teoría sobre el desarrollo cognoscitivo a partir de su análisis de estas conductas bien documentadas.

Los psicólogos que se interesan por los problemas educativos, tienden a considerar la pedagogía como una ciencia aplicada, mientras que la psicología sería la ciencia fundamental correspondiente.

La psicología genética proporciona en la actualidad un marco adecuado para la comprensión del desarrollo de la inteligencia y de los mecanismos de aprendizaje. Por otro lado, -- los intereses y las preocupaciones de los niños suelen ser -- radicalmente diferentes de los intereses y preocupaciones de los adultos y corresponden más bien a su propia y particular representación. Así pues, los niños elaboran su concepción -- del mundo físico con unas leyes propias, que son incomprensibles a menudo para los adultos y a las que no podemos aplicar las reglas de no contradicción.

Los resultados obtenidos por la psicología genética demuestran suficientemente la existencia de nociones intuitivas que constituyen la representación espontánea del mundo físico construida por el niño a lo largo de su desarrollo intelectual y que es diferente a la interpretación del adulto.

3.1.1. La etapa de la inteligencia sensorio-motriz o sensomotor

Se caracteriza por el ejercicio de aparatos reflejos, la constitución de primeros hábitos, coordinación entre la visión y la aprehensión, actos completos de la inteligencia, coordinación de los medios y de los fines, búsquedas de medios nuevos por diferenciación de los esquemas conocidos, y el niño se hace capaz de encontrar medios nuevos por combinaciones interiorizadas, logra la construcción de cuatro procesos fundamentales, todos ellos como categorías prácticas, la categoría de objeto permanente, de espacio, de tiempo y casualidad, que contribuyen a la diferenciación entre el yo y el mundo exterior.

3.1.2. La etapa de la inteligencia preoperatoria

En ésta aparece la capacidad de representar algo por medio de otra cosa, se le llama función simbólica, que da lugar al lenguaje. Con la aparición de la función semiótica da origen a ciertas conductas como son: la imitación diferida, juegos simbólicos, dibujos, etc.

La adquisición del lenguaje es uno de los pasos más duros y a la vez más importantes, que el niño debe dar en el estadio preoperatorio. Piaget afirmó que el lenguaje es esencial para el desarrollo intelectual en tres aspectos:

- a) El lenguaje nos permite compartir ideas como otros individuos y de este modo, comenzar el proceso de socialización. Esto, a su vez reduce el egocentrismo.
- b) El lenguaje ayuda el pensamiento y a la memoria.
- c) Lo más importante, el lenguaje permite a la persona utilizar representaciones e imágenes mentales, o pensamientos, al realiz

zar experimentos mentales.

Las conductas más características del desarrollo cognitivo del niño en el desarrollo preoperatorio se centran fundamentalmente en la adquisición y uso del lenguaje, siendo este egocéntrico ya que aunque el niño habla en presencia de otras personas, lo hacen sólo en su propio beneficio.

Lentamente, el niño que atraviesa el estadio preoperatorio empieza a darse cuenta de que el lenguaje puede utilizarse para transmitir ideas entre individuos.

A los niños de dos a siete años les encanta experimentar con el lenguaje y jugar con las palabras. Ensayan palabras sin sentido, vocalizan con diferentes tomos, hacen prueba de habla rápida y lenta, retroceden al habla de los bebés, y mezclan -- las palabras con el lenguaje de signos. Los niños más pequeños utilizan el lenguaje fundamentalmente como entretenimiento.

Los niños más mayores lo utilizan como una herramienta para resolver problemas.

Otra característica de esta etapa es la imitación verbal, que se manifiesta al utilizar un teléfono de juguete, en los juegos de representación de roles etc.

Para lograr un buen desarrollo en esta etapa es necesario:

- Estimular la vocalización y ofrecer al niño el mayor número posible de oportunidades para expresar sus ideas oralmente.
- Revelar al niño nuevas palabras y expresiones; al mismo tiempo estimular su uso y el de las expresiones propias del niño.
- Estimular al niño a que observe, escriba y dibuje, cosas desde varias perspectivas diferentes.
- Escuchar atentamente los razonamientos y explicaciones que el niño ofresca, pero no esperar que explique sus respuestas de modo lógico.

. Ser tolerante cuando el niño no puede explicar algo, entre otros.

3.1.3. El estadio de las operaciones concretas

Aproximadamente entre los siete y once años el niño se hace cada vez más lógico, a medida que adquiere y perfila la capacidad de efectuar lo que Piaget llamó operaciones; "actividades mentales basadas en las lógicas".(16)

Sin embargo, en este periodo los niños utilizan la lógica y realizan operaciones con la ayuda de apoyos concretos. Los problemas abstractos están todavía fuera del alcance de su capacidad.

El niño que atraviesa el estadio de las operaciones concretas procesa la información de una manera más ordenada que el niño del estadio preoperatorio.

En el estadio de las operaciones concretas del desarrollo cognitivo los niños son capaces de hacer varias cosas:

- a) Son capaces de conservar de un modo constante.
- b) Son capaces de clasificar y ordenar cosas rápidas y fácilmente.
- c) Son capaces de experimentar de un modo cuasi-sistemático.

A partir de las nuevas habilidades del niño para descen--trar, seguir transformaciones e invertir operaciones, se desarrolla, poco a poco, una capacidad para conservar de un modo constante en tareas cada vez más complejas.

(16) CLIFFORD, Margaret M., Enciclopedia práctica de la pedagogía. P. 106.

La capacidad del niño para ordenar o seriar y clasificar eficientemente explica en parte porqué sus habilidades de resolución de problemas mejoran en el estadio de las operaciones correctas del desarrollo. En este estadio los niños pueden ordenar o hacer series de objetos mentalmente. Construyen una escala ordinaria de los objetos y los retienen en la memoria sin recurrir a diferencias físicas.

En el estadio de las operaciones concretas, los niños -- muestran una progresiva capacidad para ordenar y clasificar, -- pero esta capacidad cambia mucho con la experiencia y la edad. en algún momento, durante el estadio de las operaciones concretas, los niños perfeccionan esta habilidad hasta el punto de que las conductas relacionadas con ella se parecen a menudo a las de los adultos.

La experimentación cuasi-sistemática es otra característica de esta etapa, donde el niño muestra una mayor conciencia de los aspectos que deben tenerse en cuenta en una situación dada de resolución de problemas y es más lógico en la exploración de relaciones.

Finalmente, se traducen importantes cambios en las conductas egocéntricas, imitativas y repetitivas de los niños en el estadio de las operaciones concretas. "debido a su adaptación y organización en situaciones sociales, en este estadio los niños efectúan importantes avances en la comunicación no egocéntricas. Piensan y se hacen preguntas sobre sus propios pensamientos, los comparan con las de otras personas y los -- cambian o corrigen cuando deciden que han percibido algo mal"

(17)

(17) IDEM, p. 112.

Las relaciones sociales se hacen más complejas y cobra un nuevo valor la interdependencia.

Para asegurar un buen desarrollo, es necesario:

- Recordar que no todos los niños entre siete y once años pueden o están dispuestos a realizar operaciones concretas.
- Observar sus comentarios, conductas, habilidades, destrezas y reacciones en todo momento.
- Estimular al niño a explicar sus actos, a hablar sobre sus ideas y a dar razones de sus conductas y decisiones.
- Presentar problemas prácticos que sean relevantes para las experiencias del niño de la casualidad, espacio, tiempo y cantidad.
- Hablar tanto de cuestiones objetivas como de problemas subjetivas.

3.1.4. Estadio de las operaciones formales

Aproximadamente entre los once y quince años los niños que han superado con éxito los anteriores estadios del desarrollo cognitivo comienzan a efectuar operaciones formales. Un pensamiento altamente lógico sobre conceptos abstractos e hipotéticos, así como también concretos. El estadio de las operaciones formales es el estadio final del desarrollo cognitivo. En este período una vez que los niños han aprendido las operaciones precisas para resolver problemas abstractas e hipotéticos, el aprendizaje posterior se refiere únicamente cómo aplicar estas operaciones a nuevos problemas.

Existen cinco habilidades fundamentales que caracterizan al niño que efectúa operaciones formales. a) La lógica combinatoria, es un razonamiento necesario para resolver problemas de

combinaciones o problemas relacionados con las diferentes formas en que se puede realizar una operación con un conjunto de cosas. b) El razonamiento hipotético, los niños que han alcanzado el estadio de las operaciones formales pueden resolver problemas sobre situaciones hipotéticas, ya que están menos apegados a la realidad que los niños más pequeños. c) El uso de supuestos, los supuestos son enunciados que se supone representan la realidad, pero sobre los cuales no se proporciona evidencia alguna. d) El razonamiento proporcional es la capacidad para usar una relación matemática al objeto de determinar una segunda relación matemática. e) La experimentación científica; permite a una persona formular y comprobar hipótesis de una manera muy sistemática, que indica que se han considerado todas las soluciones posibles.

Para un buen desarrollo del infante en el estadio de las operaciones formales, es necesario:

- Estar preparado para encontrar sorprendentes diferencias en las operaciones cognitivas tanto entre distintos sujetos como en un único sujeto, en función de las diferentes tareas a las que enfrenta la persona.
- Esforzarse en advertir los primeros signos fracaso o incompetencia.
- Plantear muchos problemas cuidadosamente diseñados que exijan el uso del razonamiento combinatorio, de un control experimental de variables, de la formulación y comprobación de hipótesis y del razonamiento proporcional.
- Disponer en la clase de muchos objetos concretos diferentes que el niño pueda manipular.
- La imitación es todavía un importante medio de aprendizaje en esta etapa del desarrollo cognitivo.

3.2. Higiene escolar

La higiene escolar es una disciplina médico-pedagógica, con métodos propios, de proyección individuales y sociales, cuyas funciones son cuidar y mejorar la salud física, mental y moral de los educandos, del personal escolar y el ambiente en que se desenvuelven, para obtener un mejor aprovechamiento de las enseñanzas, una mejor adaptación al medio, la creación de hábitos higiénicos y una conciencia sanitaria en los escolares.

Es así como la higiene escolar vigila la integridad física de los alumnos, y por ello dicta normas a las que se sujeta los profesores; vigila y aconseja a los arquitectos durante la construcción del edificio escolar; proporciona las medidas antropométricas a los constructores del mobiliario escolar y lucha por hacer desaparecer o higienizar las viandas y antojitos que se venden en puertas de planteles educativos.

En el aspecto mental "aconseja la distribución del tiempo lectivo; recomienda el orden sucesivo de las lecciones del día y sugiere excursiones y días de campo".(18)

En el aspecto moral, vigila la limpieza del ambiente que rodea la escuela; cantinas, billares, salones de bailes, cervecerías son los enemigos con quienes lucha y trata de que tales establecimientos sean clausurados.

El personal escolar, se compone de maestros, oficinistas, conserjes, porteros, moscos, es también objeto de la vigilancia física, mental y moral de la higiene escolar. De esta manera - todos contribuimos a mejorar las condiciones higienicas.

(18) SOLA, Mendoza, Higiene escolar, p. 60

3.2.1. Finalidades de la higiene escolar

La higiene escolar tiene tres grandes metas:

- a) Determinar y vigilar el estado de salud de los escolares y estudiar sus aptitudes y capacidades físicas, mentales y morales para el mejor aprovechamiento de las enseñanzas.
- b) La enseñanza teórica-práctica de las normas para conservar, mejorar y lograr la salud individual y colectiva formando hábitos higiénicos o sea la educación higiénica.
- c) La prevención de riesgos y enfermedades inherentes a la vida escolar, la cual puede comprender las siguientes cuestiones:
 - La corrección de defectos físicos, mentales, y aun sociales que impidan el adecuado progreso escolar.
 - El tratamiento de padecimientos que afecta la salud.
 - La creación de escuelas especiales para enfermos o incapacitados físicos, mentales o sociales.
 - Procurar que haya cooperación recíproca entre la colectividad, la escuela y la familia para el logro común de ideal de la salud.
 - El cuidado de las condiciones ambientales de la escuela y -- del hogar, entre otras.

3.2.2. Higiene del edificio escolar

Durante la edad escolar, los niños que asisten a las aulas pasan gran parte del año, aproximadamente la mitad, en el ambiente escolar. Es indudable que durante ese importante período formativo, el hogar y la escuela, son los dos medios que influyen en su educación y en su salud, por tanto, es muy importante que estos medios sean positivos, así mismo el ambiente --

que rodea a los niños durante las horas de escuela y afecta la calidad de su vida y de su aprendizaje.

El estado, al imponer la obligatoriedad de la instrucción primaria contrae el compromiso de proporcionar planteles que satisfagan las exigencias mínimas pedagógicas, higiénicas y arquitectónicas, lo mismo si se trata de escuelas de nueva creación que de aquellos edificios que se adaptan con fines educativos. Por esto, la construcción y adaptación de escuelas y la dotación de equipo y material requieran la cooperación estrecha y armónica de maestros, arquitectos y médicos especializados en higiene escolar.

Es necesario mencionar que la creación de un ambiente saludable y propicio para el desarrollo armónico de las capacidades físicas emocionales e intelectuales de los educandos, constituye una finalidad de importancia trascendental.

Entre los perjuicios que recibe el niño en un ambiente escolar no higiénico se pueden mencionar los siguientes: fatiga visual por mala iluminación o por caracteres defectuosos en los libros de textos; fatiga mental y accidentes ocasionados por patios de recreo insuficiente e inadecuados; perturbaciones diversas por falta de ventilación; propagación de enfermedades debidas a deficiencias sanitarias en las dotaciones de agua o en los excusados; defectos posturales que pueden causar desviación de la columna vertebral, por el uso de mobiliario inadecuado.

4. MARCO REFERENCIAL

4.1. LA ESCUELA

La escuela en general se le da el nombre a una institución de naturaleza social, creada con el expreso propósito de educar, y dotado de elementos metódicos necesarios para realizar con éxito su cometido.

La escuela es una institución que educa, y por tanto, ofrece una existencia real, concreta, que no puede limitarse dentro de los marco de una sola reflexión. Por otra parte, la escuela es creada por la sociedad para cumplir una función también social, como lo es la educación, y por ello supone un sentido dinámico, activo, que es común a todas las formas de participación social.

Para que la escuela cumpla con el compromiso que contrae con la sociedad, debemos tener presente lo relacionado a las condiciones del medio ambiente familiar de los niños, es decir la situación de los hogares, como una verdadera célula social. Respecto al medio familiar, puede considerarse de importancia para el conocimiento de la personalidad de los sujetos por ejemplo: la estructura familiar, la convivencia o falta de algunos padres, la presencia de otros parientes, el número de hermanos, el lugar que el sujeto tiene entre ellos, el sexo y las edades de los integrantes de la familia, la constitución material del hogar; la posesión en la casa de elementos materiales necesarios, como las habitaciones, baños, cocina, muebles, luz eléctrica, aparatos de servicios domésticos etc.

La situación económica familiar es un problema grave -- sobre todo en las familias de esta colonia, ya que existe un alto índice de desempleo y los que trabajan lo hacen necesariamente en la actividad agrícola.

4.1.2. Datos de la Escuela

La Escuela primaria en donde realizo mis prácticas docentes lleva por nombre "Gral. Emiliano Zapata", es rural estatal con clave 27DPR1810-J y está integrada a la zona No. -- 78 con cabecera escolar al poblado, Ignacio Allende, Centla Tabasco.

Esta escuela fué fundada en el año de 1985, por el --- Profr. Miguel Ortiz García, que con ayuda de las autoridades educativas, municipales y del lugar se construyó una palapa de guano y de maderas de la misma región, dándose inicio con los primeros grados.

Posteriormente fué acrecentando la población escolar y con ayuda de las autoridades y maestros que laboraban se hicieron las gestiones para la construcción de varias aulas necesarias para el alumnado existente.

Actualmente esta escuela cuenta con seis grupos que están distribuidos del primero al sexto grado, que sisten -- aproximadamente 192 alumnos, y es atendido por 5 docentes, -- una conserje y un maestro de artística. (ver anexo 1)

4.1.3. Estado físico de la Escuela

Esta institución está construída de cemento, blok, techo de loza, ventanas movibles de fierro y cristales lo cual --

le da una suficiente ventilación e iluminación, el piso de cemento, su mobiliario de tipo binario y sillas tipo Oaxaca, dos baños incompletos, uno para el maestro y otra para el alumno.

4.1.4. Funcionamiento de la Escuela.

La escuela primaria rural estatal "Gral. Emiliano Zapata" cuenta con 6 grados que en las cuales está distribuida de la siguiente manera: El 1o. con 43 alumnos, el 2o. con 35 alumnos, el 3o. con 31 alumnos, el 4o. con 35 alumnos, el 5o. con 27 alumnos y el 6o. con 22 alumnos haciendo un total de 192 alumnos existentes, la mayoría asisten puntualmente a clases otros que faltan por diversos problemas de enfermedad etc.

4.1.5. Organización Escolar

El consejo Técnico Consultivo es un órgano interno de la escuela, que apoya a la dirección del plantel a través del análisis y recomendaciones de orden técnico-pedagógico.

Este consejo se integra durante la primera quincena del mes de septiembre. Quedando como presidente el director de la escuela, secretario y vocales. Entre los principales mecanismos educativo interno a la labor directiva y docente están las comisiones de trabajo, las cuales se integran en la primera reunión del consejo técnico. Dichas comisiones son encargadas los maestros de grupo como: La comisión de aseo, orden y disciplina, periódico mural; ceremonia, biblioteca guardias de entrada y salida y la de acción cívica y social.

4.16. La asociación de padres de familia.

Como toda institución, debe de existir un órgano de apoyo educativo como lo es la asociación de padres de familia, que está integrada por los padres de los niños que asisten en la escuela.

La asociación de padres de familia tiene como finalidad de colaborar en el mejoramiento general de la comunidad escolar.

También es un mecanismo de apoyo muy esencial para la formación integral de sus hijos o del educando. De igual manera es muy importante motivar a los padres de los alumnos a fin de que se interesen en el aprovechamiento de sus hijos y procuren brindarles cuidados con respecto a la alimentación y vestidos necesarios para facilitar el proceso enseñanza - aprendizaje. Hacemos mención que esta asociación colabora en las actividades educativas, culturales, deportivas y ecológicas que promueve las autoridades de la escuela, de igual manera los padres de familia contribuyen con las aportaciones económicas voluntarias que determinan la asamblea, prestación de servicios, apoyando el mantenimiento de las instalaciones, del mobiliario y de los equipos de la escuela.

4.1.7. Cooperativa Escolar

Este órgano tiene dos finalidades en la escuela; la primera, vincular con la teoría y la práctica, facilitando el desarrollo de hábitos de previsión, cooperación, auxilio mutuo, orden y disciplina en los alumnos; la segunda, de apoyo a las acciones para el mantenimiento y conservación del plan

tel escolar.

4.2 LA COMUNIDAD

4.2.1. Datos de la Comunidad

Comunidad, es un término en la cual ninguna comunidad se designa así misma, se usa pueblo, sección, colonia, barrio, rancho y muchas otras.

En el sentido amplio, el concepto de comunidad se utiliza para nombrar unidades social es con ciertas características especiales que se le dan a una organización dentro de un área delimitada.

Es de mucha importancia para el maestro conocer cuales son las condiciones geográficas, económicas, sociales y culturales del medio ambiente que rodea la colonia, Caparroso, Centla, Tabasco.

Como punto de partida me dí a la tarea de visitar los hogares y la comunidad en general. Gracias a ello obtuve diversas informaciones referentes al origen, etapas de desarrollo, coordinación de sus diferentes actividades y estructuras sociales que convergen en ella.

Los primeros habitantes de ésta colonia fueron los señores, Arcadio May Mendoza, Carmita Valencia Félix e hijos, -- Pasteur May Valencia, Delfino May Valencia, Gumersindo May Valencia, Andres May Valencia, María May Valencia y Reyes May Valencia.

Antes de la llegada de este matrimonio la comunidad era nada menos que montasales, acahuales, zorrillales, pantanos,

etc. No existía calles sólo era una vereda; posteriormente se fué poblando con la llegada de varias familias procedentes -- de las comunidades aledañas.

Por iniciativa de estas personas que poblaban esta comunidad, surgieron ideas propias de ellas, que para formar un -- pueblo necesitarían el apoyo de las autoridades gubernamentales y municipales para poder deslindar sus territorios.

Fue así como se logró el deslinde y trazos de sus calles de esta colonia, con ayuda de un Ingeniero de apellido Caparroso, hicieron rellenos en las partes más bajas y de ahí -- tomaron esa idea para ponerle el nombre de colonia Caparroso en honor al Ingeniero que los ayudó. (ver anexo 2)

4.2.2. Tradiciones y Costumbres

En este aspecto como cualquier comunidad, en esta se man tienen vivos recuerdos de las generaciones pasadas mediante festejos; entre las tradiciones de esta colonia, sobresalen principalmente la festividad del Santo Patrón San José que se celebra los días 18 y 19 de marzo.

También podemos mencionar otras costumbres como la celebración del nacimiento de Jesús y fin de año, festejando con bailes, festivales culturales y también como en la preparación de platillos típicos de la región, bebidas como el choro te hecho de maiz y cacao.

4.2.3. Aspecto Social

Como en toda comunidad aquí también existe un delegado -- municipal que es el representante del poder público y quién --

con ayuda de los integrantes de la junta de mejoras materiales, se encargan de buscar la solución a los problemas que se presentan así como también guiar y conducir sistemáticamente las actividades para el progreso de la comunidad.

Hablando de sociabilización, esta gente es muy amable y hospitalaria y consideran que en su comunidad no existe gentes de clase alta.

En realidad, en el aspecto económico estas gentes no todos tienen la posibilidad de tener una casa acondicionada, - un buen vestir o comer bien, es decir tienen solamente para poder sobrevivir.

4.2.4. Aspecto Económico

La mayoría de los habitantes de esta colonia es de estrato social bajo, no cuenta con este factor primordial para satisfacer sus necesidades básicas y por consecuencia no pueden sostener los estudios superiores de sus hijos.

La base de la producción de ésta región es la agricultura: cultivan el maíz, usado principalmente para el consumo doméstico. Aún cuando se cultivan otras plantas, el maíz es la actividad agrícola principal sin ella no podrían subsistir.

Los suelos son pobres, la técnica de cultivo son primitivas y los rendimientos son tan débiles.

Por fortuna, el régimen pluvial permite dos cosecha al año. El agricultor dedica mayor parte de su tiempo al cultivo de maíz y en menor escala en la siembra de naranjas, cocos, - yucas, camotes, mandarinas etc. en el cual participa toda la mano de obra familiar.

El producto es consumido por la familia, a veces cuando el agricultor necesita dinero, vende una parte de la cosecha pero cuando sus reservas se agotan, debe comprar nuevamente el maíz. Otra fuente de ingreso económico de estos habitantes es la curtida de pieles que los obtienen en la cacería de lagartos, perro de agua, tigrillos, iguanas etc. Con estas realizan trabajos artesanales como en la confección de elegantes cinturones, billeteras, bolsas de mano, monederos y otros accesorios.

Con todas estas actividades logran obtener pequeños ingresos familiares para subsistir en su alimentación, vestido y educación.

4.2.5. Aspecto Político

La organización política de esta comunidad se realiza con el nombramiento de un delegado Municipal que se hace a votación democrática y por que existen dos partidos políticos organizados que son del partido revolucionario institucional y del partido revolucionario democrático, de igual manera se nombran los integrantes de la junta de mejoras materiales y el comisariado ejidal.

4.2.6. LA FLORA

En cuanto a la flora de este lugar está formado por una gran variedad de árboles pequeños como: El maculis, tintales, gusanales, tocóp, mangle colorado, cocos, palmas para cetos, etc.

De igual manera existen una gran cantidad de árboles frutales como: Naranjas, mandarinas, mangos, aguacates, chicozapotes, grey, limón, papayas, tamarindo etc.

4.2.7. La Fauna

Entre los animales que habitan en este territorio podemos mencionar los siguientes animales silvestres: Pijijes, - patos silvestres, el tigrillo, zorro, armadillo, iguanas, tepescuintle, lagartos, perro de agua, etc.

También existe una gran variedad de animales que viven en los pantanos y aguas como son: Pochitoques, pejelagarto, - tortugas, guaos, jicoteas, etc.

Entre los animales domésticos mencionaremos como: El ganado vacuno, caballar, caprino, porcino, y aves de corral; gallinas, pavos, patos, etc.

4.2.8. S u e l o

Relacionado con este aspecto, el tipo de suelo, es arcilloso, apto para desarrollar diversas actividades agrícolas - como la siembra del frijol, maíz, yuca, calabaza, camote, chile, etc. que son la base de su alimentación.

4.2.9. Hidrografía

En cuanto a su hidrografía de este lugar, es muy abundante, ya que éste es uno de los factores físicos y vitales para la existencia del hombre, los animales y plantas. En este aspecto hacemos mención de la laguna Santa Anita que se encuen-

tra a 3 kilómetros de la comunidad en el cual se obtienen diversas variedades de peces como: La mojarra, sábalo, bobo, - lizetas etc.

4.2.10. Aspecto físico de la Vivienda

La vida de los habitantes de la colonia Caparroso, es - tranquila y sencilla al igual que en las demás regiones del estado, hablan el español de la misma manera el chontal.

En esta colonia el aspecto de su vivienda, son típicas construcciones de guano, maderas obtenidas de la misma región que es el mangle colorado, cetos de tacistes, pisos de - tierra. Algunas vivienda son construcciones de cemento y ladrillos o blok, techos de teja de asbesto de zinc o de cartón

Ahora en la actualidad con el programa de solidaridad - muchas familias fueron beneficiados con vivienda, misma que fueron otorgadas a ciudadanos que en verdad lo necesitaban.

4.2.11. Aspecto Educativo

En este aspecto mencionaremos la preparación de esta comunidad. Ya que éstos tienen un nivel educativo muy bajo, pues muchos no cursarán la primaria o únicamente llegaron a un determinado grado y por lo tanto, no pueden orientar a sus hijos de lo importante que es la educación.

También mencionaremos los centros educativos con los que cuentan esta colonia: Existe un jardín de niños que cuenta - con tres grupos atendidos por dos educadoras, una escuela primaria antes mencionada con 6 grupos, atendidos por 5 docentes y maestro de educación artística, también una telesecundaria de nueva creación con un grupo de 22 alumnos.

4.3 GRUPO ESCOLAR

4.3.1. Mi grupo escolar

Actualmente atiendo el 2o. grado grupo unico, con veintete varones y quince niñas, que hacen un total de treinta y cinco alumnos que asisten regularmente a clases, aunque algunos niños faltan por problemas de enfermedad o porque no tienen el material de trabajo como son: cuaderno y lápiz etc.

La asistencia de estos es de un 85% a 95%, lo que considero que los alumnos que faltan mucho son los que tienen problemas en la lecto-escritura, pero que se está haciendo todo lo posible por rescatarlos.

En cuanto a la relación entre los niños es la más vital y a la vez la más difícil de captar, juntos los miran los libros, examinan fotos y leen para saber de que se trata, se revisan mutuamente sus trabajos, se critican, a veces en tono de maestro; cuando uno de sus compañeros trabaja en el pizarrón, otros estan pendientes, le señalan errores espontáneos o va y lo ayudan.

Se paran continuamente, muchas veces para hablar de cualquier cosa del mundo real fuera de la escuela, pero tambien para averiguar algunas actividades sugeridas por el maestro, haciendo algunas preguntas ¿ Como te salio? ¿ Cuanto llevas? ¿ Como se hace? etc. Reaccionan frente a sus propios logros y errores con diversas exclamaciones dirigidas al grupo en general. El ambiente escolar esta compuesto por las instalaciones materiales: Edificio. aulas, mesabancos, recursos didácticos, contenidos, alumnos, maestros, directivos etc.

De igual manera los padres de familia y otros ciudadanos participan en reuniones que convoca la asociación de padres de familia para organizar trabajos en beneficios de las instalaciones, de igual manera se dialogan con padres de hijos con problemas de conducta, asistencia y aprendizaje.

5. PROPUESTA PEDAGOGICA Y ESTRATEGIAS GENERALES DE TRABAJO

Existen dos factores importantes que nulifican las medidas de la higiene o que impiden que se pongan a práctica en forma adecuada: La cultura y la pobreza.

Es indispensable que la escuela haga llegar al medio que influye, normas de carácter higiénico; tanto personal como colectivas para prevenir la difusión de enfermedades.

A medida que los programas de enseñanza van ajustándose a una realidad y se reconocen la ventaja y necesidad de una educación funcional, se cae en la cuenta de que la higiene escolar y social es una materia básica de la enseñanza. La vida y la salud son conceptos fundamentales para todo ser humano que ha desarrollado una elemental capacidad de raciocinio. Esos mismos conceptos no pueden dejar de ser fundamentales para ningún educador y es precisamente en su acción educativa donde adquieren notable transcendencia y su valor justo.

La higiene es considerada como la primera de las diez materias fundamentales de la enseñanza, considerando que mejorar y mantener la salud propia y tomar parte de la responsabilidad de la protección de la salud de los demás es básico en la vida individual, escolar, familiar y de la colectividad.

Es indudable que la práctica de hábitos de higiene personal es fundamental para la prevención de enfermedades, pero también hay que considerar la importancia que tiene la limpieza en la escuela, en el hogar y la comunidad, así como el número adecuado de los alimentos y del agua.

Habiendo hecho una revisión previa en el grupo a mi cargo, sobre los problemas que presentan los alumnos en la cuestión higiénica, encontrando lo siguiente:

La mayoría de los niños tienen piojos y liendres en la - cabeza. Además se presentan con la ropa sucia, cabello despeinado, uñas largas y sucias, así como también la presencia de caries en las dentaduras de éstos; haciéndose notar la falta de higiene personal.

Por tales causas presento la siguiente propuesta:

- 1.- Formación de hábitos de higiene en el grupo escolar.
- 2.- Despiojamiento en los alumnos que presentan este problema.

5.1. Propuesta para formar hábitos de higiene.

En cualquier lugar donde exista una escuela como centro de reunión de maestros, educandos y padres de familia, aún en ausencia del médico, se debe luchar por la salud, mediante - las actividades de la higiene escolar. Para esto propongo las siguientes estrategias:

- a) Formación de un comité de higiene escolar con los niños - más aptos; teniendo como propósitos:
 - Vigilar el aseo de sus compañeros y del local escolar.
 - Realizar labor social tendiente a la conservación de la sa lud de los educandos y a la salubridad del ambiente de la escuela y de sus alrededores.
 - Despertar el interés por las actividades deportivas.
 - Dar a conocer a los demás los principios de la higiene escolar.
- b) Colocar carteles en lugares visibles teniendo las reglas - higiénicas;
 - Lavarse las manos antes de comer y después de ir al baño.
 - Lavarse los dientes.
 - Bañarse y cambiarse de ropa lo más frecuente.

- Cortarse constantemente las uñas.
 - Rasurarse periódicamente, en caso de los niños.
 - Asistir a clase peinados.
 - Mantener limpio el salón.
- c) Asesorar todas las actividades que el comité realice.
- Vigilar la aplicación de los hábitos higiénicos.
 - Conseguir los materiales necesarios para llevar a cabo las actividades.
 - Llevar el registro de los avances que se vaya generando.

5.2. Propuesta para el despiojamiento.

Se sabe que los piojos son parásitos muy peligrosos que chupan la sangre y causan enfermedades. Son más frecuente - desgraciadamente en las familias de clase baja. Se transmite mucho por aglomeración de individuos desaseados y el conta-- gio es directo o indirecto por el uso de cepillos, peines, - gorros, toallas y otras prendas de vestir. Por lo que propo- nemos, para su eliminación, las siguientes estrategias:

- a) Detectar alumnos con problemas de piojos, y dialogar con - sus padres, sobre la importancia del aseo personal de sus hijos.
- b) Elaborar con los alumnos un periódico mural sobre el tema de parásitos y la prevención de estas.
- c) Organizar, junto con padre de familia y alumnos capaña de salud comunitaria con apoyo del sector salud, para contra- restar los perjuicios del piojo.
- d) Aplicar en los niños infestados soluciones químicas, tales como: Petróleo, D:ID:T:, vinagre, shampoo, etc.

6. APLICACION Y ANALISIS

La educación para la salud debe estar enfocado al desarrollo de una cultura de la salud, es decir que el alumno la valore como algo que le puede permitir desarrollar plenamente sus potencialidades, al concebirla no sólo como la ausencia de enfermedad o invalidez si no como una situación de bienestar completo, físico, mental y social en la cual intervienen los miembros de la comunidad.

Adquirir una cultura de la salud permitirá a los alumnos cuidarse así mismo, hacerse responsables de su persona para abatir riesgos y convertirse en promotores de la salud en su medio familiar y social.

Este enfoque permite adquirir un carácter formativo para el alumno, a través de la identificación, la reflexión, el análisis y la práctica, lográndose adquirir, modificar o reafirmar hábitos, conductas y actitudes favorables a la salud individual y colectiva.

La práctica de los hábitos de higiene personal es fundamental para la prevención de enfermedades, considerando que no es el único aspecto de la higiene, ya que la limpieza en el hogar y la comunidad y el manejo adecuado de los alimentos y del agua, ayudan a prevenir la propagación de las mismas.

La siguiente propuesta tiene como finalidad cómo mejorar los hábitos de higiene escolar, en los alumnos del 2o. grado grupo "A" de la Escuela primaria rural estatal, Gral. Emiliano Zapata, ubicada en la Colonia Caparroso, Centla, Tabasco.

Este trabajo se desarrolló de acuerdo a los objetivos - que me propuse alcanzar, dando inicio la primera semana del - mes de febrero de 1994 y culminando a mediados del mes de junio. Para ésto fué necesario dialogar con mi director, presentándole dicho proyecto; y además solicitarle su valioso apoyo en la realización de esta. Sabiendo que educar, no significa recibir pasivamente una dosis de cultura, si no participar - con empeño y esfuerzo en la propia formación.

Por eso se reconoce a la educación, más que como un proceso formador, como una labor formadora, guiadora y reguladora de la autoformación de los sujetos.

En la primera semana de febrero dí inicio con la formación de un comité de higiene escolar, misma que fué integrado con los alumnos más aptos quedando de la siguiente manera:

Presidente: Elizabeth Valencia Ortiz.

Secretario: Francisco Velázquez Valencia.

Vocales: Gerardo Valencia García, José Alberto Valencia Valencia, Karina Méndez Sánchez y Carlos César Valencia García.

Este comité se formó con la finalidad de ir revisando y registrando el aseo personal de sus compañeros como, la limpieza de manos y uñas recortadas, baño diario, llegó peinado, llegó con ropa limpia, despiojado y cepillado etc.

Para la realización de este proyecto fué necesario convocar a una reunión de padres de familia, para darle a conocer los planes y estrategias que se llevarían a efecto en la aplicación de la propuesta sobre la formación de hábitos de higiene escolar de sus hijos; respondiendo éstos, que tratarán de colaborar conmigo.

En la primera semana del mes de febrero observé que va--

rios alumnos se encontraban con problemas de aseo personal, - esto fué detectado por el comité de higiene escolar, que alumnos como: José Juan, Antonio, Miguel, José del Carmen, y Domitilo traían las uñas largas, sucias, el cabello largo, etc.

De igual manera observé a varias niñas y niños con el problema del piojo, encontrándose en las alumnas como: María de Jesús, Lucila, Alicia, Serafina, Candelaria, Lorena, Rebeca, Yolanda, Clara, Efraín, Jairo y Liliana.

Todos estos problemas detectados les hice comentario a todos los padres de familia para que les dieran más importancia respecto al aseo personal de sus hijos y más en los alumnos afectados con este parásito que es el piojo, de igual manera les hice varias sugerencias de cómo acabar con éstos, - aplicándoles en el cuero cabelludo una porción de petróleo, - vinagre o el D.D.T. haciéndole la recomendación en tener mucho cuidado en su aplicación.

En la segunda semana de febrero se realizó varias actividades de limpieza del plantel y de los salones aprovechando - que en esta semana se estaba realizando el programa de "Tabaco limpio y verde", llegándose a observar que varios grupos - no tenían la menor delicadeza en mantener limpio el jardín, - el plantel y los salones, para esto el comité de higiene con mi asesoramiento colocamos cajas en los pasillos de cada salón para que los alumnos depositen la basura y no tirarlos en áreas verdes.

Esta misma semana los alumnos del 2o. grado a mi cargo, - con ayuda del comité de higiene, elaboraron un periódico mural alusivo al tema de higiene escolar, en donde se plasmó - algunas sugerencias de cómo mantener limpio nuestro medio am

biente y la de cuidar y conservar el aseo de nuestro aspecto personal.

La última semana del mes de febrero se continuó con las actividades para la formación del hábito de higiene escolar, para esto se elaboraron carteles dando la información sobre las reglas de higiene, estos fueron colocados en lugares visibles para que todo el alumnado lo observara y así despertar el interés en ellos en la práctica de la higiene personal y escolar.

En este mismo mes, los alumnos del 2o. grado, y el comité de higiene los organizé para que se hiciera una cooperación voluntaria para la compra de una charola para depositar el agua, jabón, y toalla, para que los alumnos se lavaran las manos después de ir al baño o de hacer una actividad donde tenga la necesidad de lavarse las manos y así llevar a la práctica el hábito de higiene escolar.

A principios del mes de marzo se llevó a cabo el cepillado dental, ya que observé que la mayoría de los alumnos tenían problemas de caries consistiendo principalmente el dolor en los dientes o en muelas inchazones en la cara, dolor de cabeza, irritación, mal olor bucal, fiebres o escalofríos según el grado de la afección. Se le pidió a cada alumno que compraran su cepillo o si la tenían que la llevaran a la escuela para practicar el cepillado, de los 35 alumnos sólo 24 cumplieron con llevarlo de igual manera se compró pasta dental con mi ayuda económica; para que los niños no extravíen sus cepillos se optó por hacer un cepillero. (ver anexo 3)

La segunda semana del mes de abril se continuó con el despiojamiento de varias niñas y niños que todavía presentaban este problema, observando que eran los mismos alumnos an

tes mencionados, se le aplicó en forma de masaje en el cuero cabelludo a 12 niñas y 8 varones un medicamento contra el piojo, shampoo Herklin, misma que se realizó con apoyo de varias madres de familia, obteniendo como resultado una mínima parte de alumnos con menos piojos; en este mismo mes se recortó las uñas a varios alumnos, detectando que un 50% de los alumnos - van adquiriendo el hábito de higiene. (ver anexo 4)

A finales del mes de abril solicité ante el Centro Salud de la comunidad su apoyo para contrarrestar el problema del piojo ya que todavía en algunos niños se presentaba esto, y que era necesario continuar con el despiojamiento; la respuesta de esta institución fué favorable, otorgándonos unos medicamentos de bencilo o emulsión dermica, para aplicarles en el cabello de los alumnos.

Para esto tenía que reunir a los padres y madres de familia, para entregarles estos medicamentos y aplicarlos en sus hijos por tres noches consecutivos.

En la primera semana del mes de junio el equipo de aseo y con el apoyo del comité verificaron la limpieza de cada salón, de igual manera se revisó la higiene de cada uno de los alumnos, obteniendo como resultado que ya en su mayoría de los alumnos se esta avanzando en cuanto a la adquisición del hábito de higiene escolar. De todo lo anterior fuí llevando un registro en donde se calificó los aspectos de la higiene de cada alumno como:

¿Tiene piojo? ¿llegó bañado? ¿llegó peinado? ¿llegó rasurado? ¿manos limpias? uñas recortadas? etc. Todos estos datos se llevó desde la primera semana de la aplicación hasta el final de la propuesta.

En la segunda semana del mes de junio los alumnos y el comité de higiene escolar del 2o. grado grupo "A" y con mi asesoramiento elaboraron un guión, para después hacer una escenificación respecto a higiene de los alimentos e higiene personal; de igual manera elaboraron un periódico mural donde se presentaron noticias sobre los avances de la salud y los datos sobre las enfermedades relevantes de la región.

Al término de este proyecto realicé una evaluación, acerca de los conocimientos adquiridos durante el transcurso de aplicación de la propuesta. Esta evaluación la llevé a cabo de una manera continua, oportuna, determinando con la máxima objetividad posible, a medida que se iba cumpliendo con los objetivos propuestos y tomando las decisiones necesarias respecto a lo planeado y desarrollado.

Para esto hice uso de diversos procedimientos, adecuado y seleccionando actividades cuando lo consideré necesario, obteniendo como resultado un 80% de aprovechamiento en los alumnos en la formación de este hábito, considerando que el piojo es muy difícil de erradicar.

Considero que este proyecto a sido de gran provecho tanto para los alumnos como a maestros que a diario conducen a la niñez a mejorar el aprendizaje como lo marca el programa de la modernización educativa.

Por lo anterior, la función educativa es fundamental para promover la salud, pues a través de la escuela, el niño conoce aquello que influye en su bienestar. La educación permite cambiar o fortalecer sus hábitos. Si sabe qué hacer, por qué, cómo y esta dispuesto a realizarlo.

S U G E R E N C I A S

Una rama de la higiene, por medio del cual se vigila la salud de los educandos es de los 6 a los 15 años, es la higiene escolar. Por tal motivo hago algunas sugerencias que servirá llevarlo a la práctica:

- Revisar constantemente el cuero cabelludo, para detectar piojos o liendres.
- Aplicar vinagres, petróleo, D.D.T. o vencilo en caso de haber piojos en la cabeza del niño.
- Inculcarle, no sólo en el momento, si no todos los días, la necesidad de que los niños se bañen lo más frecuente posible para conservar limpia la piel.
- Realizar un sencillo exámen bucal a los alumnos si se detecta algunas caries, dientes rotos o manchados en algunos niños, pedirles que vayan al centro de salud o al dentista para que los curen oportunamente.
- Fomentar en el niño el hábito del cepillado de los dientes después de cada alimento.
- Pedir a los niños que lleven un cepillo de dientes, si es posible pasta y vaso y enseñarle la manera correcta de cepillarse, cepillando de arriba hacia abajo, dando masajes a las encías, las muelas con un movimiento circular y vigilando que no queden restos de alimentos entre ellas.
- Recomendarle al niño que por menos una vez al año se visite al dentista.
- Promover el desarrollo de hábitos de higiene de los alimentos y de conductas que favorezcan su mejor aprovechamiento.
- Inculcarle a la práctica de deportes favoreciendo la capacidad de integrarse.

CONCLUSIONES

La higiene es un conjunto de acciones sencillas: Aseo personal, limpieza de la casa, cuidados del agua y de los alimentos, manejo y eliminación adecuado de los desechos, en especial de los excrementos; sin embargo su incorporación a la vida de los individuos, las familias y las comunidades sólo se logra con la práctica continua y sistemática hasta convertirla en hábitos con la comprensión plena de su importancia.

El niño, al ingresar a la escuela primaria, está en una edad propicia para adquirir o reforzar hábitos de higiene personal y de su hogar e influir en su comunidad.

Lo más importante de la higiene personal es lavarse las manos con agua limpia y jabón, pues éstas son el mejor vehículo para llevar microbios peligrosos de un lado a otro. Es necesario lavarlas antes de tocar, preparar o ingerir alimentos también es importante traer las uñas cortadas al ras.

El aseo del cuerpo y del cabello elimina microbios, polvo y grasa que se acumulan favoreciendo infecciones de la piel y la presencia de parásitos como el piojo y la imagen desagradable que produce la falta de limpieza, de igual manera es recomendable el baño diario.

El cepillado dental debería ser tres veces al día previniendo las caries. Es uno de los problemas de salud más frecuente entre los escolares, ya que llega a afectar a más de la mitad del grupo.

El ingreso a la escuela primaria representa para muchos niños la oportunidad de desarrollar o fortalecer hábitos de higiene y la posibilidad de comprender la importancia de la

limpieza para la salud. Ya que la salud se concibe como un - estado de bienestar integral; el alumno debe conocer no sólo los factores que intervienen en su salud física, si no también todos aquellos que favorecen o afectan sus relaciones - sociales.

Los hábitos de higiene nacen de la aplicación del conjunto de reglas que deben de observarse para conservar y perfeccionar la salud, los hábitos de higiene en general deben comprender el aseo del cuerpo, la higiene de los alimentos, - del vestido y la habitación.

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

AGUILAR Caballero, Isidro, Tratado práctico de la medicina moderna, México, publicaciones internacionales, 1985.

AGUILAR, Gilberto, Tratado elemental de la higiene, México, Alianza, 1985.

ANN Anderson, Betty, El embarazo y la salud en la familia, México, Trillas, 1979.

CHE Gernez, Rieux, Medicina preventiva, salud pública e higiene, México, Limusa, 1983.

CLIFFOR, Margaret M., Enciclopedia práctica de la pedagogía, - España, Océano, 1982.

Diccionario enciclopédico ilustrado, Barcelona, Oceano, 1990.

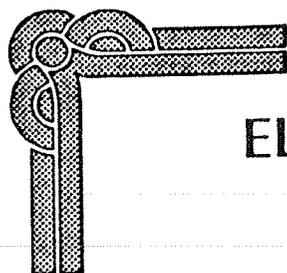
S.E.P., Contenido básico, México, Fernández, 1992.

S.E.P., Educación para la salud, México, S.E.P., 1986.

S.E.P., Para cuidar la vida, México, Grupo gráfico, 1992.

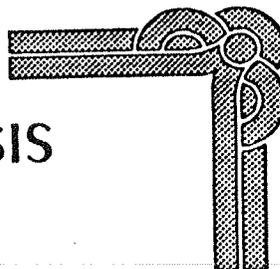
SOLA Mendoza, Juan, Higiene escolar, México, Trillas, 1987.

TUNER Clair, Elsmere, Higiene del individuo y de la comunidad, México, Lamusa, 1992.



ELABORADORA DE TESIS

ROCA



Galeana No. 242 Centro

Tel. 12-27-35

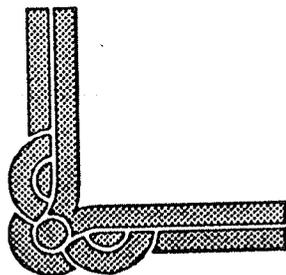
El haber formado parte en la elaboración de esta TESIS, nos hace sentirnos útiles a nuestra sociedad y hacemos votos en nuestras oraciones AL CREADOR, EL GRAN ARQUITECTO DEL UNIVERSO.

(DIOS NUESTRO SEÑOR)

Le conceda todos los parabienes, colmados de éxitos en su carrera Profesional.

Son los deseos de sus amigos de Tesis, "ROCA"
Elaboradas en solo 24 horas.

MUCHOS EXITOS
G R A C I A S



Villahermosa, Tabasco, México.

