



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

RUBY LYNDA/HERNANDEZ GARCIA

PROPUESTA PEDAGOGICA

PARA OBTENER EL TITULO DE:

LICENCIADA EN EDUCACION PRIMARIA

19/11/96



DICTAMEN DEL TRABAJO DE TITULACION

Villahermosa, Tabasco, a 06 de Mayo de 1995.

Profr. (a) RUBY LYNDA HERNANDEZ 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 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

[Signature] LIC. VERONICA DEL DOMINGUEZ E. VILLAHERMOSA, TAB.

Dedicatorias

A la Universidad Pedagógica Nacional Unidad 271:

Porque en ella he tenido la oportunidad de superarme profesionalmente.

A todos los Asesores de la U.P.N.

Por su trabajo educativo con mucho cariño y respeto.

A mis Compañeros maestros:

Por su amistad, compañerismo y consejos durante el transcurso de mi carrera.

A mi Amiga, mi Maestra y mi Madre:

Profra. Lisbi del S. García Sánchez con el amor más grande y sin cuyo cariño y aliento, no hubiera podido alcanzar esta meta.

A mi esposo Rider Hernández Chablé:

Quien siempre me motivó, para no decaer de mi objetivo; con todo cariño y agradecimiento.

A mis Hijos:

Sandra Ivette, Aldo Alexis y Denis Paul
Por todas las horas de mi ausencia,
todo mi amor.

INDICE

	Página
INTRODUCCION	1
1. LA IMPORTANCIA DE LA HIGIENE	3
1.1 La higiene y su origen	3
1.3 Definición de higiene	4
1.3 Tipos de higiene	5
1.3.1 Higiene personal	6
1.3.2 Higiene mental	10
1.3.3 Higiene pública	12
1.3.4 Higiene social	15
2. CONSECUENCIAS DE LA FALTA DE HIGIENE	17
2.1 Daños en la salud	17
2.2 Deterioro de la imagen del individuo	20
2.3 La higiene y su influencia en el aprovechamiento escolar	21
3. LA FAMILIA	26
3.1 Definición de familia	26
3.2 Responsabilidad familiar	28
3.3 La irresponsabilidad familiar	29
3.4 Relación entre irresponsabilidad y la falta de higiene personal	29
3.5 Factores que originan la irresponsabilidad familiar.	30
4. LA ESCUELA Y LA COMUNIDAD	32
4.1 La función de la escuela	32
4.2 Biografía del personaje de la escuela	32
4.3 Condiciones materiales de la escuela	34
4.4 Organización y funcionamiento de la escuela	35
4.5 El grupo escolar	35
4.6 La comunidad y su aspecto físico, económico y social	36

	Página
5. PROPUESTA PEDAGOGICA Y ESTRATEGIAS METODOLOGICAS	38
5.1 Propuesta para el primer ciclo	39
5.2 Propuesta para el tercer ciclo	40
6. APLICACION Y ANALISIS	42
CONCLUSIONES	49
SUGERENCIAS	51
BIBLIOGRAFIA	52
ANEXOS	

SOY UN NIÑO.

Soy un niño,
todo el mundo espera mi llegada,
toda la tierra observa con interés
para ver lo que seré.

El futuro pende de la balanza
ya que el mundo de mañana
será lo que yo sea.

Soy un niño,
he llegado a tu mundo
del cual nada sé
Por qué vine, no lo sé,
como vine, no lo sé.
Siento curiosidad,
estoy interesado.

Soy un niño,
tú tienes en tu mano mi destino,
tú decides, ampliamente,
si voy a triunfar o a fallar.
Dame, te lo suplico,
aquello que hace la felicidad.
Prepárame, te lo ruego,
de manera que yo sea una
bendición para el mundo.

INTRODUCCION

Vivimos en una época de extraordinarios progresos, nuestras condiciones de vida son más cómodas que las de nuestros abuelos, nuestros hogares no se parecen en nada a los del pasado. Sin embargo los problemas que se plantean a la hora de proteger nuestra salud, están todavía muy lejos de resolverse de manera definitiva. Por un lado, la civilización aporta inmensas mejoras y grandes beneficios, mientras que por otro provoca influjos y tentaciones extremadamente nocivos para la salud del hombre

Hoy, más que nunca, la humanidad necesita preocuparse por su salud, protegerla concientemente y con sentido común. Para lograr éste propósito es importante la labor del maestro.

Se ha dicho razonablemente, que las escuelas son sitios donde los niños asisten para aprender a vivir; las exigencia fundamental de una buena educación para la salud, es lograr en los niños una cultura de salud, es decir, el maestro debe ayudar al alumno para que valore la salud como algo que le puede permitir desarrollar plenamente sus potencialidades, al concebirla no sólo como la ausencia de enfermedad, si no como una situación de bienestar completo, físico, mental y social; en la cual intervienen los miembros de la comunidad.

Conociendo la enorme importancia que reviste la higiene y a través de las observaciones que he realizado en los diversos centros de trabajo; me he dado cuenta del poco interés que dan los niños y padres de familia a los buenos hábitos higiénicos repercutiendo en gran manera en el aprovechamiento escolar.

Muchos niños se presentan sucios de su cuerpo y de su ropa, otros traen sus uñas sucias o se sienten inquietos por padecer de algún parásito externo.

Por tal motivo decidí abarcar este tema con el fin de fomentar los hábitos higiénicos personales para lograr un mejor desarrollo en la educación de los niños.

El presente trabajo contiene información para ayudar al maestro a lograr modificar o reafirmar hábitos higiénicos favorables a su salud. El contenido de ésta propuesta esta integrada por -

capítulos o partes.

En la primera parte se hace un estudio de las distintas clasificaciones de la higiene, así como también de los diversos factores que intervienen en cada una de ellas.

En la segunda parte se habla de las enfermedades más comunes en los niños en edad escolar y de la imagen negativa del individuo por falta de aseo personal.

En la tercera y última parte, está íntimamente relacionada con las anteriores; se hace un análisis de los distintos factores que influyen en el desarrollo formativo de los niños; como lo es la familia y el medio social que rodea al educando.

Esta propuesta pedagógica tiene como fin primordial lograr el desarrollo armónico de la salud de todo individuo, realizando diariamente los hábitos higiénicos necesarios para la conservación de la misma; apoyando en ésta labor educativa del maestro la participación necesaria de los padres de familia, así como la coordinación con el sector salud.

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 personal 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 o Toci (Nuestra madre), (nuestra abuela), divinidad tutelar de la medicina llamada igualmente Teteuvinnon y Tlalli Iyolo.

La salud ha sido considerada por el hombre desde la más remota antigüedad como un "don precioso" a este respecto recordemos al 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 de 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 formar una conciencia sanitaria y prevenir la enfermedad antes que curarla.

Estar sano es sentirse bien y hacer todo de la mejor manera posible. Estar enfermo es sentirse mal y no funcionar adecuadamente en las actividades diarias.

El mantenimiento de la salud y la conservación de la vida, implica una serie de problemas a cuya resolución se avocan los diversos aspectos de la higiene.

Desde el punto de vista biológico tenemos dos factores importantes: el organismo y el medio. La salud del organismo está función del establecimiento de relaciones adecuadas del individuo con el medio en el que vive.

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

La higiene es considerada como un arte científico, por ser un conjunto de conocimientos relacionados con la naturaleza de las enfermedades evitables, con las causas que producen y con la manera de prever o nulificar el ataque de los agentes que causan, así como la aplicación de inmunizaciones preventivas y cuidados personales o colectivos, que tienden a lograr la conservación de la salud.

Clasificamos a la higiene de la siguiente manera: higiene personal, higiene mental, higiene pública e higiene social.

La higiene personal enseña al hombre hábitos para proteger su salud al identificar factores que puedan perjudicarla; incluye el aseo corporal, el vestido, la alimentación, el baño, etc.

La higiene mental tiene como principal objeto conservar y desarrollar la salud de la mente o del espíritu, y se ocupa de ciertos aspectos emocionales de la vida, el miedo, el desaliento, etc.

La higiene pública estudia las condiciones comunes que afectan la salud de la vida colectiva; comprende todos los servicios públicos como: calles, mercados, drenaje, agua potable, etc.

Y por último la higiene social se encarga de los problemas de salud y las necesidades que la civilización y el industrialismo crean al hombre de nuestro tiempo. Además dentro de esta clasificación está considerada la higiene escolar, ya que se proyecta así la sociedad, para así lograr el bienestar colectivo.

En lo que se refiere a higiene escolar nos enfocamos a la labor importante que tiene el maestro al inculcar hábitos higiénicos a sus alumnos, así como también contribuir a la lucha para hacer desaparecer, o en su defecto "higienizar" las viandas o antojitos que se venden en las afueras de los planteles educativos.

En los párrafos siguientes se hablará de manera más amplia de cada uno de los tipos de higiene.

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 determinados 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 :

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.

La necesidad del aseo personal surge con evidencia si se piensa que la piel es una verdadera muralla de que dispone el organismo para preservarse de las infecciones, y éstas generalmente penetran por fosas nasales, boca o heridas de la piel.

⁽²⁾ ALPERRIN, Curso de higiene, p.4.

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 fuente 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 estarnos tocando los ojos o los oídos, introduciéndonos los dedos a la boca o la nariz. El aseo de las manos debe hacerse con agua y jabón abundante.

En la boca existen normalmente diferentes 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 de manera personal.

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

También pueden entrar en los ojos cuerpos extraños como son : arenas, basuras, insectos, partículas de tierra, vidrio, etc. en estos casos nunca debe de frotarse los ojos, sino dejarlos inmóvil y entreabiertos para provocar un lagrimeo abundante que en muchas ocasiones hace expulsar al cuerpo extraño, y si esto no diera resultado, es necesario lavar los ojos con agua limpia y tibia o con té de manzanilla.

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

En caso que no se extraiga el cuerpo extraño se debe recurrir al oculista o en su defecto al médico, 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 : 1) el oído externo en el cual está el pabellón y el conducto auditivo, 2) el oído medio en donde se encuentra la membrana del tímpano y cuatro huesecillos y 3) el oído interno el cual está formado por el caracol y el medio auditivo. 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. debe acostarse a la persona de un lado y ponérsele 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 haya 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 temperatura, climas extremosos, polvos, 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 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 vivos pueden compararse con una estructura mecanizada que trabaja porque ambos necesitan energía para desempeñar las actividades que llevan a cabo, y por que dicha energía es proporcionada 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, tanto 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.

El conocimiento de los alimentos es necesario para planear una buena ración alimenticia que suministre los elementos nutritivos que el cuerpo necesita para funcionar en plenas condiciones de salud.

La buena alimentación debe proporcionar al organismo: color, energía, crecimiento, desarrollo, mantenimiento, control, regulación y todo el material necesario para realizar en perfectas condiciones todas las funciones vitales. Los alimentos están constituidos de proteínas, grasas, azúcares, almidones, minerales y vitaminas, la cantidad de estas sustancias químicas determina el valor nutritivo de cada alimento.

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 meramente 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 :

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 realiza 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 de ayuda y apoyo, reconociendo que todos necesitamos de todos 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 hábitos higiénicos que denominamos : de trabajo, descanso y recreación.

⁽³⁾ AGUAYO, Higiene escolar, p.104.

La higiene 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.

Las causas determinantes fundamentales de los desordenes psíquicos son: el exceso de trabajo, acompañado de ansiedad, de preocupación, de apremio y de temor al fracaso, las dificultades económicas, los descalabros materiales o morales, los fracasos matrimoniales, la falta de respeto y de distracción adecuada.

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, quizá no sería exagerado indicar que la actividad y la vida pueden ser consideradas sinónimas. La actividad debe estar de acuerdo con la edad y las 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 físicas como mentales, otra tercera parte a el 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.

Es conveniente advertir a los maestros de abstenerse de dejar tareas a sus alumnos durante los períodos de vacaciones o de descanso, pues la responsabilidad que ellas representan para el niño, el esfuerzo mental que demanda su realización, y el temor de una sanción por incumplimiento, disminuyen los efectos benéficos de las vacaciones.

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 seguida de intensa sudoración. Posteriormente aparece tos seca con expectoración de color amarillo, que en estado 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 debe llevar una vida higiénica, alimentación adecuada y descansos convenientes, así como evitar el contacto con los enfermos o con los objetos que hayan sido contaminados.

⁽⁴⁾ CENDRERO, Luis, Higiene pública, p.45

La Difteria, es causada por el *Bacillus diptheriae*, que se localiza en las mucosas de la laringe, faringe, traquea 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, presenta 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.

Todo individuo sospechoso de padecer difteria debe ser aislado mientras no se le practique el estudio bacteriológico. Los niños de la familia o de todos los que hayan estado en contacto con el paciente, deben abstenerse de acudir a la escuela mientras no les sean practicados los exámenes bacteriológicos correspondientes.

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 grave consecuencias para el enfermo. La saliva y el moco constituyen las principales fuentes de contagio.

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 malestar; 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 que los síntomas iniciales sean también característicos de otras enfermedades, hacen difícil el control del sarampión. La enfermedad 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 malestar y

fiebre que se eleva hasta 40°. Generalmente después de 4 o 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 : ligera fiebre, 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 a 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 de 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 de los productos.

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 o 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.

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 la causa 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 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 escolar 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.⁶⁹

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 constituya un material maleable y fácil de modelar, destaca la importancia de la higiene fundamentalmente en lo que se refiere a la adquisición de hábitos indispensables para la conservación de la salud.

⁶⁹ DEWEY, Jhon, La Nueva Educación, p.3.

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 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 éste 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, haciéndole que adquiera defectos visuales o auditivos que tendran trascendencia en su vida futura.

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. La construcción y adaptación de escuelas y la dotación de equipo y material requieren la cooperación estrecha y armónica de maestros, arquitectos y médicos especializados en higiene escolar.

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. Se denomina "parásito a todo animal o vegetal que vive dentro o en la superficie de otro organismo".⁽⁶⁾

A continuación enumeraremos algunas de las parasitosis más comunes en los niños en edad escolar.

Micosis, es producida por diversas especies de hongos microscópicos. Como por ejemplo de ella tenemos las llamadas comúnmente "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 transmiten 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 impiden el contacto del pie con el suelo en donde pueden encontrarse las esporas de los hongos.

⁽⁶⁾ Enciclopedia Médica, pag. 304.

Teniasis, son parasitosis originadas por diversas especies del género taenia; vulgarmente llamadas "solitarias". Las tenias son animales de cuerpo alargado, aplanado y formado 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. El 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 contenga 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 ingieren crudas, deben lavarse con agua purificada, siendo necesario lavarse las manos antes de comer.

Oxiuriasis, parasitosis causada por el Enterobius vermiculares, 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.

Pediculosis, es causada por insectos del género *Pediculus*, que se conoce vulgarmente con el nombre de piojo.

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

Se reproduce 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 ésta 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 ésta manera, constituyen una puerta de entrada al Tifo y a las infecciones.

El problema de los piojos en nuestra clase baja, es desgraciadamente de una frecuencia increíble, los piojos de los vestidos se encuentran no raras ocasiones en la clase media, y hasta como verdaderos hallazgos en la clase acomodada.

Desde el punto de vista social, la pediculosis es de señalarse, porque constituye un verdadero estigma demostrativo de suciedad y de descuido de personas y pueblos desaseados y apáticos. Cabot dice: "por desgracia, el niño o adolescente, cuyo cuerpo produce una imagen desfavorable está expuesto a la discriminación y al rechazo de la sociedad, y a veces es tratado con desprecio y hostilidad".⁽⁷⁾

Hay que tomar en cuenta que la mayoría de los niños en un determinado salón de clases e inclusive en sus casas cumplan con las normas de higiene, hay otros que no y por ellos se propaga, porque éste animalito es trasmisible y fácilmente infecta a toda la población escolar.

⁽⁷⁾ CABOT, El desarrollo físico durante la adolescencia, p.104.

2.2 Deterioro de la imagen del individuo.

La imagen que presenta el cuerpo humano ha sido objeto de interés desde los tiempos de Hipócrates. Se ha creído desde hace mucho que el carácter y el temperamento, integrantes principales de la imagen corporal, estaban determinados biológicamente y venían predicados por la información somática general. Se creía que los hombres de músculos bien desarrollados y proporciones ideales se consideraban seguros de sí, enérgicos, emprendedores y fuertes, mientras que los delgados y de músculos pequeños se tomaban por tensos, débiles y reservados.

Respecto a las características específicas se creía que el bigote denotaba maldad y villanía; el cabello rubio carácter seductor; el cabello rojo significaba temperamento fiero; el cabello corto intereses heroicos y reaccionarios, y el largo inclinación hacia el martirio y los intentos revolucionarios. Lerner, sostiene que "hay ciertos estereotipos que prevalecen a pesar de la edad, el sexo, la raza o la situación geográfica donde se encuentran. Se cree que el varón musculoso, bien proporcionado, es el mejor líder, atleta y amigo deseable".⁽⁸⁾

La imagen corporal en general es de importancia más crítica para los adolescentes que para los niños, pero es en la edad infantil en donde se debe atender el desarrollo armónico del cuerpo.

Ya que si el niño no cumple los hábitos higiénicos necesarios puede perjudicar su salud y proyectar una imagen completamente de desaseo, como por ejemplo:

Si el niño muestra en su imagen corporal la presencia de parásitos en su cuerpo, como el piojo, se ocasionará problemas estéticos y sociales, ya que la misma sociedad o compañeros de clases lo aislarán y discriminarán por el desaseo y descuido de su propia imagen.

Otra forma de marginación la puede provocar la falta de aseo corporal después de haber realizado ejercicios físicos, por la transpiración, se presentan fuertes olores en su cuerpo y en la ropa.

Es necesario realizar los cuidados higiénicos básicos para la conservación íntegra de nuestra imagen.

⁽⁸⁾ LERNER, Imagen corporal y desarrollo de la personalidad, pag. 103

2.3 La higiene y su influencia en el aprovechamiento escolar.

Existe una gran interacción entre el sujeto y el medio en que se desarrolla. De éste recibe una gran variedad de estímulos e impresiones ante los cuales el individuo responde según sus necesidades e intereses. Por tanto, actúa sobre su ambiente modificándolo y adaptándolo a sus exigencias.

Es muy importante preparar el medio en el que se va a desarrollar el aprendizaje para propiciarlo y mejorarlo en la medida de lo posible.

Para que el maestro pueda propiciar el aprendizaje y desarrollar el conocimiento de sus alumnos eficazmente, tiene que comprender como se forman estos conocimientos.

Basados en la teoría del desarrollo cognoscitivo 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 lo llevaron a afirmar que el niño normal atraviesa cuatro estadios principales en su desarrollo cognoscitivo: 1) el estadio sensoriomotriz (0-2 años), en el cual el niño llega a entender las relaciones medios-fines. En un principio, los reflejos innatos son los que se ejercitan exclusivamente, pero luego se coordinan en hábitos elementales. El desarrollo de su pensamiento durante este período plantea una serie de problemas únicos, y de soluciones, cada uno de los cuales añaden nuevas dimensiones al equilibrio; 2) el estadio preoperatorio (2-7 años) en este período hace la conquista del símbolo, adquiere el lenguaje y funciones más activas, el niño preoperacional denota un egocentrismo simbólico y acciones de descentralización. Empieza a presentar habilidades de clasificación; 3) Período de operaciones concretas (7-12 años), durante la etapa el niño empieza a entender como es que los elementos de una configuración espacial se puedan clasificar en todos y partes. La diferenciación cognoscitiva empieza cuando sus conceptualizaciones le permiten manejar las clasificaciones y subclasificaciones generales de modo simultáneo. Está en disposición de conceptualizar varios conocimientos a la vez y su capacidad creciente de combinar y alternar los elementos, le permite percibir las jerarquías de clases, y 4) estadio de operaciones

formales (11-15 años), se caracteriza por un sistema estable de estructuras cognoscitivas abstractas, basadas en principios generales o ecuaciones, para predecir los efectos de las operaciones con objetos, el niño se torna capaz de ir más allá de la experiencia sensorial inmediata y de pensar en forma abstracta, o sea, de cumplir operaciones con operaciones y de elaborar esquemas de orden superior, es decir, hipótesis predictivas generales, o leyes.

Aunque Piaget asignó un margen de edad para cada uno de estos cuatro estadios de desarrollo cognoscitivo, existen marcadas diferencias en el ritmo con el 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. De acuerdo con Piaget " la inteligencia es asimilación en la medida en que incorpora todos los datos de la experiencia dentro de su marco"⁽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 cognoscitivo como algo que podemos asegurar bombardeando, sin más, al niño con la experiencia 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 meticulosas 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

⁽⁹⁾PIAGET, Jean, Conceptos teóricos de la psicología, p.221.

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 indentificó 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 cambiar las estructuras cognitivas previamente establecidas hasta adaptarlas a la nueva información que se percibe. La adaptación es el mecanismo por medio del cual una persona se ajusta a su medio ambiente. El proceso de adquisición de información se llama asimilación; el proceso de cambio, a la luz de la nueva información, de las estructuras cognitivas establecidas se llama acomodación.

Sabiendo la evolución del desarrollo cognoscitivo, debemos considerar que existen diferencias individuales que originan problemas de aprendizajes, en lo que se refiere a higiene se encuentran las siguientes causas psicofisiológicas: a) debilidad general debida a deficiencias en la nutrición o enfermedad crónica, b) defectos de la vista o del oído, c) retardo mental y d) incapacidades genéticas.

El escolar puede tener diversos defectos físicos que indirectamente limitan su capacidad de aprendizaje. Es de todos conocido el hecho de que los órganos de los sentidos constituyen el medio a través del cual el individuo establece relaciones con el medio que lo rodea, y también la importancia de que estas relaciones se establezcan en forma normal, a fin de que el individuo viva en las mejores condiciones. El doctor Richard Masland dice así:

Un niño con dificultades para el aprendizaje es aquel que con una dotación adecuada de habilidad mental, procesos sensoriales y estabilidad emocional, tiene problemas específicos en los procesos perceptuales, integrativos o expresivos que obstruyen gravemente la eficiencia en el aprendizaje.⁽¹⁰⁾

⁽¹⁰⁾ MASLAND, Richard, Dificultades para el aprendizaje, p. 27

Algunas alteraciones en la conducta del niño, pueden ser índice de que tiene defectos físicos que limitan su capacidad de adquisición de conocimientos y de adaptación al medio escolar.

En lo que se refiere a defectos o problemas de la vista se relacionan con la percepción de las imágenes, ya sea porque los rayos de luz se concentran antes (miopía) o después (hipermetropía) de la retina, o bien porque se distorsionan en la córnea (astigmatismo).

Estos defectos de percepción de imágenes pueden corregirse con el uso de lentes, por eso es importante identificar el problema lo más pronto posible para tratarlo.

Uno de los cuidados básicos para la vista es la alimentación, pues la retina necesita forzosamente vitamina A, es tan importante que, cuando falta, ocasiona ceguera.

También perjudica al aprendizaje los problemas de audición, el mal más conocido es el de la inflamación del oído llamado Otitis y es común que sea secundaria a infecciones respiratorias (catarro). Cuando se infecta el oído medio puede llegar a romperse la membrana del tímpano y disminuir como consecuencia la capacidad auditiva, si esto se repite a lo largo de la vida, puede producir sordera.

Los cuidados básicos para conservar el sentido del oído incluyen la prevención y el tratamiento de las infecciones respiratorias, el aseo de las fosas nasales, con la precaución de sonarse primero un lado y luego el otro; no introducir objetos en los oídos, mantenerse lo menos posible expuestos al ruido y escuchar la música a volumen regular.

Además es importante conocer y detectar algunas alteraciones del esqueleto que se presentan en algunos niños en edad escolar a causa de las desviaciones o malformaciones de la columna vertebral.

Cifosis es la desviación del eje vertebral cuya convexidad dorsal se encuentra aumentada, defecto que se conoce con el nombre común de "espalda redonda" en la que se observa una prominencia en la parte superior de la espalda, por ejemplo: inclinación del cuello hacia adelante, hombros redondos, pecho plano y otras que afectan a otras partes del esqueleto tales como ligera flexión de las costillas y pies planos.

Lordosis se designa a la desviación de la columna vertebral cuya convexidad lumbar se encuentra aumentada (cintura hundida).

Escoliosis es la desviación lateral de la columna vertebral. Se conoce fácilmente por la desigualdad en la altura de los hombros e inclinación más o menos acentuada hacia un lado de las caderas, también se aprecia expansión en la posición de las costillas cuando se flexiona el cuerpo sobre la cintura.

El maestro debe tener nociones acerca de los diversos problemas psicofisiológicos que aquejan a los niños en edad escolar, a fin de que pueda intervenir, cuando se detecte algún problema al respecto, de manera oportuna y adecuada, canalizando apropiadamente los problemas de aprendizaje de sus educandos.

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 o 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 primera lecciones para vivir entre personas. George Bastin 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 inconcientemente. 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 establecida que a través de la historia el hombre ha formado para su propio beneficio y el de los semejantes.

Originalmente la familia fue un fenómeno biológico de conservación y reproducción, pronto se transformó en fenómeno social, sufrió una enorme evolución, hasta reglamentar sus bases conyugales conforme a leyes contractuales, normas religiosas y morales.

El lazo matrimonial, considerado por nuestros abuelos indestructible a no ser por la muerte, en

⁽¹¹⁾ BASTIN, George, Por qué fracasan nuestros escolares, p.122.

nuestros tiempos las estadísticas confirman su constante disolución. La sociedad le ha asignado la familia ciertas funciones como la educación de los hijos, su alimentación y el vestido. Manuel Hernández León, afirma:

Desde sus orígenes, ésta ha ido evolucionando, por lo que actualmente posee un carácter estable y esencialmente monógamo, al unirse un hombre y una mujer es la finalidad de procrear hijos, manteniendo una convivencia mutua, manifestar el afecto y la ayuda entre sus miembros, así como la regulación de sus relaciones sexuales.⁽¹²⁾

La familia humana está compuesta generalmente, por un varón, una mujer y los vástagos; otros miembros de la misma son frecuentes pero no indispensables.

La familia conforma una unidad de consumo, en la que los satisfactores vitales básicos son adquiridos a través de ella, y consumidos por el total de los miembros de la familia, siguiendo las normas familiares al respecto. En éste sentido, la alimentación, la vivienda, el agua, etc., son obtenidos y consumidos por la familia como tal.

En ocasiones la familia no es sólo una unidad de consumo, sino que lo es también de producción.

Las familias campesinas tradicionales, quienes cuentan con minifundios con tierra de temporal y que siguen el sistema de milpa para su tarea agrícola, son unidades de producción, es decir, el total de los miembros de la familia es también el total de los componentes de la empresa agropecuaria.

Este tipo de familia es usualmente muy extensa y la prosperidad familiar está dada por el mayor número de brazos, por lo que la familia grande vive mejor, ya que no tiene que contratar mano de obra suplementaria.

⁽¹²⁾HERNANDEZ León, Manuel, Antropología social, pag. 115.

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 manera más correcta y definida, 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.⁽¹³⁾

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 puede obstaculizar o favorecer.

Sin duda alguna, es mejor para el desarrollo del individuo un ambiente que lo 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.

Los padres de familia deben estar siempre al tanto de los avances o problemas de sus hijos para que con apoyo de maestros, doctores, especialistas, etc., logren el desarrollo integral de todos y cada uno de sus vástagos.

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

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 falto de anhelos, de superación y ahora él no se preocupa por una adecuada manera de comportarse ante los suyos, no está capacitado para juzgar comprensivamente a los demás, teniendo en cuenta sus circunstancias.

La apatía de los padres en los problemas de sus hijos, hace que estos se vuelvan pequeños delincuentes o se adentran a algún vicio.

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 al aseo personal y en el de la ropa en particular.

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".⁽¹⁴⁾

La irresponsabilidad familiar resulta de una familia numerosa, a la que no se le puede mantener, ni proporcionarle atención, adecuada a todas sus demandas higiénicas, por su economía.

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.

⁽¹⁴⁾AGUILAR Kubli, Eduardo, Padres Positivos, p.26.

3.5 Factores que originan la irresponsabilidad familiar

Existen diversos factores que originan la irresponsabilidad familiar, en las que se encuentran:

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 existencia de familias anormales constituidas, hogares de padres incapaces (por enfermedades, obligaciones laborales, ignorancia, comodidad), familias carentes de recursos económicos (vivienda, vestidos, alimentación). El ambiente inmoral provocado por padres o familiares de conductas irregulares (viciosos, delincuentes, divorciados, fallecimientos), etc.

Bajo nivel cultural. Teniendo en cuenta la cultura, ésta se define como el conjunto de conocimientos adquiridos por el desarrollo intelectual del hombre todo 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. Desde el momento de nacer, el niño entra a formar parte de una clase social, ésta indica la situación social y económica de una persona en relación con otras personas. Se determina de diferentes formas, entre las que se incluyen los ingresos familiares, la ocupación de los padres y las condiciones de vida.

El nivel socio-económico se divide en tres partes: alta, media y baja, ésta última es la que se ve más perjudicada en cuanto a lo que se refiere a higiene, debido a que esta clase; al no contar 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 para comprar el vestido necesario para cambiarse diariamente, ocasionando que al repetirse la misma ropa siempre conserven malos olores y se adquieren 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, en los que se incluye la vivienda, la ubicación, los valores, etc.⁽¹⁵⁾

El estatus familiar suele estar relacionado con el tipo de asistencia y educación que reciben los niños, las personas, las experiencias sociales que frecuentan, las pautas de identificación temprana y las oportunidades educativas.

Cabe aclarar que no siempre el factor económico será causante de la falta de higiene, ya que también en la clase bien acomodada, hablando naturalmente desde el punto de vista económico se han encontrado problemas en lo que se refiere a normas higiénicas.

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

4. LA ESCUELA Y LA COMUNIDAD

4.1 La función de la escuela

La función de la escuela es desarrollar individuos cada vez más adaptados a su medio social, es indispensable aclarar que, para que un individuo se adapte a las exigencias actuales del mundo moderno, debe haber podido desarrollar al máximo sus potenciales intelectuales, emocionales y sociales y así comprender mejor las necesidades del cambio continuo, que es el mayor reto que la civilización moderna nos impone.

Esto significa que la escuela debe preparar al individuo para el mañana, dándole instrumentos válidos para comprender el mundo en el que le tocará vivir.

La problemática de falta de higiene se ha detectado en la escuela primaria urbana federal "Lic. Tomás Garrido Canabal", clave de C.T. 27DPR1454K adscrita a la zona escolar número 73, perteneciente al sector número 10; ubicada en la Villa Benito Juárez, del municipio de Macuspana, estado de Tabasco.

4.2 Biografía del personaje de la escuela

Tomás Garrido Canabal. Político. Nació en el Tinto, hacienda de las playas de Catazajá, Chiapas. Se graduó de abogado en Campeche, en donde participó en la política hacia 1912. El Gral. Salvador Alvarado lo nombró vocal de la Junta Revisora de Procesos Penales en Mérida. Fué luego a Tabasco y el gobierno interino de Francisco J. Mugica lo designó jefe del Depto. Legal del gobierno, luego fungió como juez de Distrito en Villahermosa. En 1922 fue electo gobernador de Tabasco para el período 1923 -1926. Empezaba la época garridista.

No había transcurrido un año de gobierno obregonista cuando el presidente tuvo que hacer frente a los partidarios del movimiento de Adolfo de la Huerta, que pretendía la presidencia de la

República. En Tabasco, los enemigos de Garrido lo obligaron a salir del territorio hasta que las tropas de Obregón lograron sofocar la rebelión.

Tiempo después, en 1924, Garrido regresó a Tabasco. En los años que siguieron se dedicó a sembrar las bases que cimentarían una política centrada en la educación, el anticlericalismo y un programa económico que atendía primordialmente a la agricultura y ganadería del estado. Expedió leyes y decretos para fundamentar sus acciones concretas.

Una vez promulgada la legislación había que ponerla en práctica. Garrido consideró necesario asegurarse un apoyo popular y creó, en 1924, las ligas de resistencia y sus cuerpos selectos, los voluntarios de Tabasco, antecedentes de los camisas rojas. Además impulsó la creación de un periódico oficial, Redención, que se constituyó en el principal órgano de difusión garridista.

Otro de los propósitos de Garrido era eliminar los vicios, especialmente el alcoholismo. Para lo cual decretó la ley seca del 30 de abril de 1931, en la que incluía sanciones para la importación de bebidas alcohólicas, para el abastecimiento y su elaboración; consistía en seis años de prisión y una multa, de 500 a cinco mil pesos. Cualquiera que fuera sorprendido bebiendo licor estaba sujeto a las mismas sanciones.

Apoyó las reivindicaciones feministas, por ello, creó la escuela hogar en Villahermosa, para preparar a la mujer y evitar así que se considerara como un ser inferior; se estableció una casa cuna, dirigida por la esposa del gobernador, para que las madres pudieran asistir tranquilamente a sus trabajos; finalmente, se incorporó a la mujer al movimiento político otorgándole por decreto estatal, el 9 de febrero de 1925, el derecho al voto, 28 años antes que en el resto del país.

Presentó atención especial a la educación. Convencido de su importancia para las metas de progreso que buscaba, decidió destinarle el máximo de recursos, tanto materiales como humanos. Reformador infatigable, cambió la enseñanza tradicional por una nueva, que consideraba más acorde con la realidad de Tabasco.

Sustituyó los programas, dictados por el gobierno federal, por otros basados en los principales racionalistas de Francisco Ferrer Guardia. La escuela racionalista tenía por objetivo el desarrollo

integral del niño sin prejuicios ideológicos a fin de crear personas justas y libres; la educación era el único medio para forjar el porvenir de las generaciones futuras.

4.3 Condiciones materiales de la escuela.

El edificio escolar es de construcción antigua, construido en una sola planta. Está integrado por ocho aulas adelante y cinco en la parte de atrás, siendo en total trece grupos; también se cuenta con una dirección, una bodega, un cuarto para los intendentes y un pequeño local que funciona como cooperativa escolar.

El material utilizado en las paredes es ladrillo y block, algunas aulas tienen piso de mosaicos y ventanas de cemento y otras tienen piso de cemento y ventanas de fierro y vidrios; todas las puertas de los salones de adelante son de madera y las aulas de atrás tienen puerta de fierro. Los techos son de lámina de asbesto y otros de concreto.

La unidad higiénica está constituida por seis baños: dos corresponden a las niñas, dos a los niños, los cuales cuentan con cuatro inodoros con sus respectivos lavabos, un baño para las maestras y otro baño para los maestros, quienes también cuentan con un inodoro y un lavabo.

El mobiliario consiste en: mesitas con sillas para los primeros grados, binarios para los segundos, terceros y cuartos grados y sillas con paletas para quinto y sexto grados; los escritorios todos son de madera y se cuenta además con pizarrones, borradores, gises, etc.

La ventilación es favorable, pues deja pasar el aire por las ventanas, aparte que todos los salones tienen ventilador.

La iluminación también es adecuada, ya que se filtran los rayos solares, lo que permite mayor luminosidad.

La escuela disfruta también de servicios públicos como: luz eléctrica, agua potable y drenaje.

4.4 Organización y funcionamiento de la escuela

La escuela primaria es de organización completa, ya que cuenta con todos los grados de enseñanza primaria.

En la misma funcionan trece aulas distribuidas de la siguiente manera: tres primeros, dos segundos, dos terceros, dos cuartos, dos quintos y dos sextos grados.

El personal docente que atiende estos grupos está integrado por trece maestros, que son los encargados no sólo de impartir la enseñanza y vigilar el aprendizaje de cada grupo a su cargo, de acuerdo a los nuevos programas de educación primaria, sino también de vigilar la puntualidad, aseo y conservación de todo el edificio escolar y sobre todo, ser siempre ejemplo vivo de todo lo que enseñan.

Para un mejor funcionamiento de la escuela se formó el Consejo Técnico Consultivo, cuya finalidad es coordinar todas las actividades escolares en los aspectos sociales, económicos y culturales.

Además se cuenta con una Sociedad de Padres de Familia, que tiene como función principal, cooperar en todo lo necesario para el progreso y bienestar de la escuela.

4.5 El grupo escolar

El grupo escolar que está a mi cargo es el quinto grado grupo "A", mismo que consta de 16 hombres y 22 mujeres siendo un total de 38 alumnos. los cuales fluctúan entre los nueve y los doce años, siendo en su mayoría nativos del lugar.

El motivo por el cual escogí esta problemática es que al hacer la revisión semanal de higiene personal, detectaba que algunos niños incurrían en la falta de aseo principalmente el de la cabeza, ya que habían adquirido el parásito conocido vulgarmente como piojo, al ver que este problema seguía

sin solución, opte por platicar con todo el grupo sobre la importancia de erradicar el piojo, obteniendo conocer el origen de este mal en los niños infectados.

Las circunstancias de este problema en Fabiola, Edith, María Elena; es que sus mamás tienen que trabajar lejos de su casa para solventar los gastos de la misma y no tienen tiempo de revisar la cabeza de sus hijos. En tanto Denis, Rosa y Ricardo presentan un caso más difícil, ya que a sus papás ni siquiera les preocupa esta situación.

Al platicar con los padres de familia, les hice saber sobre la importancia de la realización de prácticas higiénicas, esto los conduce a la formación de hábitos que aún cuando en forma empírica se realicen, éstos deben iniciar en el hogar y es la escuela quien debe reforzarla en forma sistematizada y lo más técnicamente posible, para lograr resultados óptimos.

Es ahí donde mi labor como docente debe entrar en juego para lograr la erradicación de este parásito, con un plan de estrategias encaminadas a este fin.

Dicho plan está basado en la investigación y conocimiento de las condiciones socioeconómicas y culturales de los alumnos.

Cabe aclarar que la relación alumno-alumno se hace difícil ya que los niños que presentan los casos de falta de higiene en la cabeza, se ven aislados por sus mismos compañeros, ya que ellos, según expresan, no se quieren cundir de piojos. Además que los marginan, se ven identificados en toda la escuela como niños faltos de aseo personal, ya que sus compañeros lo comentan con sus demás hermanitos que están en la misma escuela.

4.6 La comunidad y su aspecto físico, económico y social.

Villa Benito Juárez se encuentra situada en la región de la Sierra, ya que pertenece al municipio de Macuspana, del cual se encuentra a 32 kilómetros y a 64 kms. de la capital del estado. Se dice que esta población se fundó con indígenas procedentes de Olcuatitán y Ocuiltzapotlan, del antiguo territorio de Nacajuca. Que en el siglo XVIII emigraron por los daños que causaba en sus milpas el ganado de los hacendados.

Esta Villa limita al Norte con las rancherías El Limón y Vernet, al Sur con la cabecera municipal, Macuspana, al Este con la ranhería El Bayito y el poblado Aquiles Serdán y por último el Oeste limita con la ranhería Monte Largo y Belén.

Cuenta con diversos centros educativos como son: cuatro jardines de niños, siete escuelas primarias, una secundaria que labora en dos turnos (matutino y vespertino), una academia comercial, dos escuelas para adultos de turno nocturno y un colegio de bachilleres que labora en dos turnos (matutino y vespertino).

Existe aquí un Hospital Regional, varios médicos generales, odontólogos, un laboratorio de análisis clínicos, médico del I.S.S.S.T.E., Centro de Salud, etc.

También hay servicio de combis, taxis, autobuses, etc., para trasladarnos a distintas partes del lugar.

Se cuenta con los principales servicios públicos como : luz eléctrica, drenaje, agua potable, teléfonos, correos y telégrafos.

Hablando económicamente la mayoría de la población se dedica a la agricultura. otros son obreros, albañiles y un reducido grupo son profesionistas. Percibiendo de ingresos en la mayoría de las personas el sueldo mínimo. No logrando así satisfacer todas sus necesidades.

De igual forma hay personas que se dedican a la cría de animales para poder sobrevivir como son: borregos, cerdos y aves de corral.

La sociedad de este lugar está compuesta de dos clases, la media y la baja, las cuales integran la primera algunos profesionistas y empleados, comerciantes, etc., y la baja esta formada por los campesinos, obreros, albañiles, etc.

Entre sus costumbres religiosas tenemos la celebración del señor de San Carlos, patrono del lugar, la cual se realiza en el mes de agosto con actos como: misas, bautizos, primeras comuniones, grandes bailes, peregrinaciones, etc.

También se celebra el día de muertos, con sus tradicionales tamales, maneas, balche, diversos dulces, pozol con cacao, etc., y la visita al panteón a sus familiares fallecidos.

5. PROPUESTA PEDAGOGICA Y ESTRATEGIAS METODOLOGICAS.

Tomando en cuenta la enorme importancia que tiene la higiene, tanto en la escuela, el hogar la comunidad y en todas partes, la cuál, según nuestra experiencia, ha venido arrastrando una problemática muy seria que es la omisión a la realización de esta práctica, sobre todo 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 labora, puesto que consideramos que es inútil seguir atacando este problema solamente en el grupo y en la escuela, debido a que de esta manera solamente hay una solución momentánea, e incluso parcial, a causa de que algunos niños a pesar de realizar diversas actividades, siguen teniendo dificultades al respecto por la falta de apoyo de 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 objetivo 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 solo estético, sino a algo más importante, como lo es la salud.

También que el maestro no abandone la lucha contra de lo antihigiénico y que vaya formando e inculcando en los alumnos 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 suscitan. 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 para 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, despeinados, 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 medio 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, entrevista, etc., para así lograr su participación en esta labor.

g) Solicitar a las autoridades o instituciones correspondientes su apoyo, para concientizar a los padres renuentes 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 en el aspecto moral como físico, puesto que están en continúa actividad y derroche de energía y también por el clima, que le produce una transpiración excesiva, provocando olores desagradables, que ocasionan 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) Dar 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 la higiene personal se tendrá que realizar permanentemente para no perturbar su interrelación con los demás compañeros.

c) Realización de campañas de aseo corporal como: erradicación de piojo, limpieza de uñas, ojos, cabeza, boca, dientes, y vigilar que se reluce el 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 debe realizarse 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 solo con los alumnos que presentan problemas de higiene, sino también con los que no tienen, para que de esta manera, se vea apoyada la labor del maestro con la participación de los demás.

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 su actitud, perjudican también a los demás alumnos que si cumplen con las normas higiénicas.

6. APLICACION Y ANALISIS .

Sabiendo que no existe comunidad en donde no hayan problemas de higiene, ni tampoco escuelas en donde todos los educandos realicen adecuadamente las más elementales normas higiénicas, hace necesario conocer las circunstancias que lo originan y buscar medidas estratégicas para obtener una adecuada higiene para favorecer el proceso escolar, apoyando de manera efectiva la labor del maestro.

En mi grupo, el cual consta con un total de 38 alumnos, siendo 16 hombres y 22 mujeres; se presentan varios problemas relacionados con la higiene personal. Esta situación la detecté al hacer la revisión diaria de aseo en los niños, noté que algunos de ellos frecuentemente incurrían en la falta de su limpieza personal, como es: manos sucias, despeinados y con piojos, uñas largas y sucias, ropa mal oliente y descocida, etc.

Para solucionar esta problemática programé una serie de estrategias encaminadas a lograr una adecuada higiene personal para obtener un mejor aprovechamiento escolar, en los alumnos a mi cargo.

Como primer paso en la aplicación de éste plan de trabajo informé al Director de la Escuela Primaria "Tomás Garrido Canabal", Profr. Abelardo Chablé Pérez, sobre mi propósito y él estuvo de acuerdo y me ofreció su apoyo y ayuda para lograr mi objetivo propuesto.

Inicié la aplicación de la propuesta pedagógica en mi grupo, el día 14 de febrero, esta fecha por ser lunes, los alumnos llegan más temprano que los demás días de la semana, por la realización de los homenajes, al término del mismo pasan a sus respectivos salones para iniciar con sus trabajos escolares, correspondientes a esa semana, ya dentro paso lista de asistencia y seguidamente las diversas comisiones en que esta integrado el grupo realizan sus actividades, cabe mencionar que son seis comisiones las que forman el organigrama del grupo: el de higiene, jardinería, asistencia y puntualidad, vigilancia, deportes y acción social; integrado cada uno de seis alumnos, también se cuenta con un jefe de grupo y un subjefe.

Comienza realizando sus actividades la comisión de higiene, la cual se encarga de la revisión personal que comprende: la limpieza de las manos, uñas, oídos, cabeza, vestido, dientes, etc., de cada uno de sus compañeros.

Al terminar la revisión, la presidenta de la misma me informó que los niños desaseados eran: Fabiola, Edith, María Elena, Denis, Rosa y Ricardo; mismos que anteriormente ya se habían detectado con éstos problemas.

Seguidamente las demás comisiones realizaron sus labores, los de jardinería barren y riegan las plantas, los de asistencia y puntualidad escribían en el pizarrón la cantidad de hombres y mujeres que habían asistido a clases, etc.

Antes de comenzar a trabajar con los objetivos planeados para ese día, platiqué con los niños sobre la importancia que reviste la higiene en todos los aspectos de la vida, por lo que a partir de ese día se destinaría media hora para trabajar sobre ese tema, con actividades que promuevan una conciencia sanitaria en los alumnos al identificar factores que puedan perjudicar su salud, y comprender que las medidas de higiene sólo son efectivas cuando se practican todos los días, en todas partes y por todos los miembros sus familias y de su comunidad.

Al día siguiente, en el tiempo destinado para esta actividad, platiqué con los niños sobre la importancia que tiene la limpieza de la cabeza o del cabello, ya que la suciedad provoca la adquisición de piojos y de infecciones; ya que éstos parásitos hacen que el niño se pueda enfermar de Tifo, además que presentan síntomas de sueño, aburrimiento, mala imagen, etc., por lo anterior se hace indispensable el baño diario y el despiojamiento a los niños que lo padecen y así evitar enfermedades.

Los días restantes a esta semana se habló de aseo de las manos, oídos, nariz, dientes, vestido, etc., para concluir les pedí que realizaran un dibujo de lo que ellos consideraran lo más adecuado para lograr una buena higiene personal; algunos dibujaron a niños bañándose, otros lavándose los dientes, las manos, costurando su ropa, etc.

En la semana comprendida del 21 al 25 de febrero, realicé visitas domiciliarias con el fin de entrevistar a los padres de los niños detectados con problemas de aseo, comenzando con la casa de

Fabiola, y me di cuenta que ella es hija única de segundo matrimonio, su situación económica es estable, su casa es de material y cuenta con todos los servicios domésticos necesarios, su mamá no se encontró porque se va a trabajar, esto hace entender que no le dedica tiempo a su hija para revisarle su cabeza, por lo que el problema del piojo no ha podido desaparecer en ella, para esta actividad utilicé un formato de entrevista y una guía de observaciones (Ver anexo 1 y 2).

De igual manera se presenta la situación en Edith y María Elena, ya que sus mamás también trabajan para ayudar a los gastos de la casa, descuidando la formación de buenos hábitos higiénicos y la educación de sus hijos; estas niñas a diferencia de Fabiola, cuentan con muchos hermanitos, acentuando los problemas económicos en su familia, y más aún en la adquisición de materiales de aseo, perjudicando la erradicación del piojo.

Hablando de los niños : Denis, Rosa y Ricardo presentan un cuadro más problemático, ya que no cuentan con los servicios domésticos necesarios en sus casa, como son: agua potable, drenaje, materiales de aseo etc.; además que los pisos de sus casas son de tierra y su situación económica es baja, por lo que le dan poca importancia al aspecto de la higiene de sus hijos.

En la fecha del 28 de febrero al 4 de marzo, realicé un concurso de limpieza personal en el grupo, que consistía en el adecuado aseo del cuerpo, manos, dientes, oídos, cabello y vestido; para tal actividad elaboré una lista de todos los alumnos y registré todos los aspectos a calificar. (Ver anexo 3).

El concurso se llevó a cabo todos los días de la semana, anotando los resultados, saliendo ganadores los niños: Iturbide, Soledad, Jannet y Cristell. Solamente cuatro de los treinta y ocho que integran el grupo escolar, o sea solamente un 10% de los alumnos cumplen eficazmente con las normas higiénicas.

Al ver ésta situación y aprovechando que se tenían que firmar las tarjetas de calificaciones, invité a los padres de familia a una reunión el día 7 de marzo; en la cual les platicué sobre el propósito de mi propuesta de higiene; explicándoles de detalladamente la importancia del cumplimiento de las normas higiénicas es sus hijos y en ellos mismos. Unos padres dijeron que sus niños ya se lo habían comentado; entonces les solicité de manera formal su apoyo en es

tarea, vigilando que en sus casas también realicen los hábitos higiénicos. También le comuniqué que los alumnos iban a necesitar materiales de aseo, como son: cepillo dental, pasta, jabón, peine, etc., todo de manera personal para evitar posibles infecciones.

El día 8 de marzo hicimos la limpieza del aula escolar, en el cual los niños colocaron sus respectivos cepillos y vasitos, además guardamos dos pastas dentales que las mamás me enviaron, ocho kuley, un jabón y un bote de floruro, con el que realizan el enjuagatorio dos veces a la quincena los niños. Esta actividad esta apoyada por el Programa Nacional de Salud Bucal del Escolar, que realiza la S.S.A. en la escuela; bajo una hoja de control que se entrega a una enfermera quincenalmente, se canaliza a los niños que requieran atención dental; en el grupo se han enviado cinco niños. (Ver anexo No. 4 y 5)

En los días restantes a esta semana, realizamos la limpieza general de la escuela, después de haber amontonado la basura en la parte de atrás de la escuela, la clasificamos en orgánica e inorgánica, invitando en esta actividad a los demás grupos del plantel; para terminar el tema de la basura, los niños realizaron dibujos sobre lo que debía de hacer con la misma en sus casas. (Ver anexo 6)

En el período de tiempo del 14 al 18 de marzo, los alumnos escribieron carteles alusivos a la higiene, personal, mental, pública y social; trabajando con cada clasificación de higiene los días de la semana y se pegaron todos los carteles el viernes en el teatro de la escuela, para exhibirlos a los demás alumnos del plantel (Ver anexo 7).

Los niños trabajaron con el tema de aseo general, haciendo redacciones, dibujos y carteles para elaborar un periódico mural, aprovechando la semana intensiva de limpieza en las escuelas primarias, promovida por diversas dependencias gubernamentales del estado. (Ver anexo 8).

Al regresar de las vacaciones de abril, noté que varios niños faltaron a clases y les pregunté al resto del grupo si conocían las circunstancias que los obligaban a faltar, unos me comentaron que sabían que estaban enfermos de viruela; esto me sirvió de base para platicar con ellos, durante el tiempo destinado a la aplicación de la propuesta, sobre diversas enfermedades comunes que atacan a los niños en edad escolar, como son: la viruela, la roseola, el sarampión,

la varicela, la tuberculosis, el tétano, la poliomielitis, la hepatitis, las paperas, etc.; las primeras se presentan mayor mente en época de calor. (Ver anexo 9).

En la semana siguiente del 25 al 29 de abril, realicé una encuesta a los niños de mi grupo, en la cual anotaba que enfermedades había padecido cada uno y que él nos platicara como había transcurrido el desarrollo de la enfermedad, desde su inicio hasta su recuperación.

El diagrama de enfermedades comunes padecidas en los niños me sirvió para saber a que males estaban expuestos los otros niños que no habían contraído tal o cual enfermedad, para aislarlo de su compañero que mostraba síntomas de estar enfermo y así evitar una epidemia.

Al iniciar el mes de mayo, nos tocó la realización del homenaje, suceso que aprovechamos para hablar a toda la escuela sobre higiene. Ese día llegó el doctor pediatra Angel Priego Oropeza, a quien habíamos invitado con anticipación, para participar en el discurso alusivo a la higiene personal. encabezándolo y apoyando los consejos higiénicos por parte de los demás niños quienes hablaban del aseo de los dientes, de las manos, el baño diario y de la necesidad de realizar ejercicios físicos y deportes; llevando cada uno de ellos una pancarta o cartel con los dibujos de cada norma higiénica. El pediatra dijo que él se encargaba de recuperar la salud de los enfermos, pero que es mejor prevenir la enfermedad que curarla, eso depende de ellos cuidando su salud.

Otros niños participaron con poesías tituladas "consejos de higiene" para darle mayor realce al programa. Se exhibió también el periódico mural, que antes habíamos realizado, para reafirmar los consejos dados.

A fines de mayo y como último paso en la aplicación de la propuesta pedagógica, hablé con los niños sobre la enorme importancia que tienen las vacunas.

Las vacunas son sustancias que contienen microbios debilitados o muertos, que al entrar al organismo, hacen que éste se defienda como si fuera una enfermedad verdadera, pero sin peligros.

El niño, al nacer, tiene defensas proporcionadas por la madre durante el embarazo y a través de la leche materna. Estas defensas duran muy poco tiempo. Por eso es necesario que

reciban todas las vacunas, ya que si no están vacunados, tienen más probabilidades de enfermar, de quedar incapacitado o de morir.

Algunos niños al escuchar las pláticas, comentaban que ya estaban vacunados, levantándose la manga de la camisa y mostrando la huella que deja la vacuna del sarampión.

Otros comentaron que los habían vacunado cuando estaban en el primer año de primario, cuando llegaron las enfermeras a la escuela.

También les dije que era necesario que vayan al doctor, para checar su crecimiento y desarrollo o revisarlos para descubrir a tiempo algún problema de salud.

Aprovechando la ocasión les exhorté a que participaran de manera activa, en la próxima campaña nacional de salud, vacunándose contra la polio, invitando a toda su familia, ya que además habrá hidratación oral, vitamina "A" y otras cosas más; la semana de vacunación se llevará a cabo del 25 de junio al 1° de julio, y la podrán recibir en cualquier puesto de vacunación (Ver anexo 10)

Para conocer los resultados obtenidos de las actividades realizadas para lograr una mejor higiene personal, realicé una última revisión de aseo corporal en los niños, en forma de un concurso final.

Dicho evento me arrojó resultados satisfactorios; ya que la mayoría de los alumnos si cumplieron con la realización de las normas más elementales de limpieza.

Solamente dos niños no lograron mejorar totalmente los hábitos de aseo, considero que a ellos les faltó tiempo, para obtener mejores resultados, ya que tenían muy arraigado su estado de desaseo.

Pero en general, el aspecto del grupo cambió muchísimo, ya que en un principio se portaban renuentes a la revisión de su limpieza personal, por no cumplirla correctamente, pero a principios de junio ellos sólidos y sin poner pretextos se dejaban revisar, facilitando la labor de la comisión de higiene, ayudando a sus integrantes a hacer una correcta observación.

También la actitud de los padres de familia cambió, ya que no se presentaban sus hijos a la escuela con la ropa sucia o descosida, ayudando así, a la obtención de una buena imagen, la correcta salud y de resultados óptimos de higiene en sus hijos.

Además el director de la misma se mostró muy complacido por la labor emprendida en mi grupo y sobre todo por los resultados satisfactorios obtenidos, me solicitó encabezar para el próximo período escolar la comisión de higiene y jardinería de la escuela.

CONCLUSIONES

Para lograr la salud individual, familiar y colectiva es indispensable contar con la satisfacción de necesidades básicas, como lo es: la alimentación, el empleo, la vivienda, la educación, la salud y el acceso a la recreación. El estilo y condiciones de vida son determinantes del estado de salud.

Promover la salud en el ámbito escolar es tarea del maestro, para contribuir a la modificación, adaptación o fortalecimiento de prácticas y hábitos higiénicos, con fin de favorecer u obtener la salud en la comunidad escolar y en las familias de los educandos.

Ya que todas las normas de higiene son importantes y todos debemos practicarlas todo el tiempo para que sean efectivas.

Lo más importante de la higiene personal es lavarse las manos con agua y jabón, antes de comer y después de ir al baño, así como también bañarse diario, limpiarse la nariz y el cepillado dental, tres veces al día.

El agua es indispensable para vivir, por eso hay que hervirla antes de consumirla, y no desperdiciarla, instruyendo al educando el modo de usarla, además se le debe propiciar al niño un ambiente de seguridad, enseñándole a conocer los riesgos presentes en su entorno físico. La buena conservación de instalaciones y mobiliario escolar también previene accidentes.

La alimentación es un factor indispensable para la vida, la adecuada alimentación en los niños se refleja en su crecimiento, buen peso y menos enfermedades. Para lograrla ésta debe ser completa y suficiente, con alimentos de los tres grupos en cada una de las comidas del día, y en porciones adecuadas a la edad y actividad de cada persona.

El desarrollo del niño requiere además del cuidado básico de su cuerpo, el fortalecimiento de las áreas afectiva, física y social, sin las cuales no puede lograr la plenitud de su vida.

Los padres de familia son la figura de mayor importancia. A través de la relación con ellos el niño adquiere seguridad y se siente querido, este sentimiento facilita al niño su integración a otros grupos y lo hace sentirse aceptado por los demás.

La escuela es un espacio en el cual el alumno convive con niños de su edad, consolida algunas normas y hábitos que tuvieron puntos de partida en la familia y, sobre todo, es un lugar donde logra incorporar aprendizajes formales.

El maestro será uno de los principales protagonistas de su formación escolar; tratará de imitarlo, ser como él, le mostrará su afecto, por eso es tan importante que el niño se desarrolle en un ambiente propicio para manifestar sus sentimientos y aprender a expresarlos. Además el niño debe tener descansos para recuperar la energía gastada en sus actividades, por medio de recreaciones.

La escuela constituye para algunos niños la única oportunidad de recreación, no sólo en el recreo, sino el que logra obtener, después y durante las clases, favoreciendo así la adquisición de un buen aprendizaje.

SUGERENCIAS

Para lograr una adecuada higiene personal que favorezca el aprendizaje escolar en los niños, es necesario que el maestro realice algunas actividades como:

- * Realizar al inicio del período escolar la medición auditiva, visual, el perímetro torácico, la altura y el peso de cada uno de sus alumnos, para saber si no tiene algún impedimento físico; anotándolo en una tabla antropométrica.
- * Realizar campañas periódicas de higiene general en su aula y en toda la escuela.
- * Realizar pláticas de salud, a sus alumnos y padres de familia, invitando a personas facultadas (enfermeras, doctor, pediatra, etc), para que apoyen su labor educativa.
- * Sensibilizar a los padres de familia para que vigilen en sus casas la realización y cumplimiento de las normas higiénicas de sus hijos.
- * Solicitar apoyo al director de la escuela, para que los conserjes mantengan en buenas condiciones higiénicas los servicios sanitarios de la misma, así como también limpiar periódicamente los almacenamientos de agua que existen en el plantel para el consumo de los niños.
- * Concientizar a los niños y a los padres de familia para participar en las campañas de vacunación que se realizan en la escuela.
- * Realizar trabajos como dibujos, escritos o periódicos murales, referentes al tema de la higiene para motivar a los alumnos para la realización de la misma.
- * Organizar excursiones, paseos, etc. para propiciar el descanso mental de los escolares.

BIBLIOGRAFIA

ALPERRIN, Curso de higiene, México, 1970, editorial Kapelusz.

BASTIN, George, ¿Por que fracasan nuestros escolares?, México, 1985, edit. Ediplesa.

BATALLA Zepeda, María, Higiene escolar, México, 1972, editorial Oasis.

CALDERON, Alor, Antropología social, México 1970, ediciones Oasis.

CLIFFORD, Margaret, Enciclopedia pedagógica Océano, Barcelona España, 1985, edit. Magraf.

ENCICOPEDIA Británica, Publishers, INC. edición, I.S.B.N.

FERNANDEZ, Beatriz, Cuide a sus hijos, México, 1986, Talleres Larios.

HORTON, Paul, Sociología, México, 1980,(s.e.)

LANGE, Oskar, La economía de las sociedades modernas, México, 1980.

MORLEY, David, Prioridades en la salud infantil, México, 1986, editorial Pax.

MUSLAND, Y OTROS, Introducción a la salud pública, México, 1972, edit. Fournier.

OTTE, José, Enciclopedia Médica, México, 1991, editorial Senefelder, S:A:

S.E.P., Guía para el maestro la salud, México, 1992, Talleres "La Prensa".

SOLA Mendoza, Juan, Introducción a las ciencias de la salud, México, 1980, editorial Trillas.

ANEXOS

ANEXO 1

ENTREVISTA

ENTREVISTADOR: _____
ENTREVISTADO: _____
DOMICILIO: _____ MUNICIPIO _____ EDO. _____
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 higiénicos como: detergentes, jabón, talco, desodorante, pasta, etc.?
- 8.- ¿Cuántas veces al día se cepillan los dientes, esta familia?
- 9.- ¿Cuántas veces al año, asisten al dentista para revisión o limpieza dental?
- 10.- ¿Qué enfermedades han padecido los miembros de su familia? 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.- ¿Piense 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 esta colonia, cuáles?

ANEXO 2

GUIA DE OBSERVACION EN LAS ENTREVISTAS

- * Distancia de la vivienda a la escuela y a la cabecera municipal.
- * 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.
- * Tienen agua potable y servicios sanitarios básicos, drenaje, etc..
- * Que aparatos usa para cocinar.
- * En donde duerme la familia.
- * Existen insectos o alimañas dentro y fuera de la casa.

ANEXO 4

DECALOGO DE LA SALUD BUCAL

- 1.- Evitar el uso excesivo de azúcar en los alimentos
- 2.- Limpiar la boca del niño con una gasa o trapo húmedo, desde su nacimiento hasta que pueda usar el cepillo dental.
- 3.- Realizar la limpieza bucal antes y después de cada comida.
- 4.- Consumir alimentos naturales como frutas y verduras, en lugar de dulces y refrescos.
- 5.- Evitar hábitos nocivos como el uso de biberón, chupones, succión de dedo y labios, así como morder lápices o destapar refrescos con los dientes.
- 6.- Consumir sal fluorurada en la dieta regular, excepto en los lugares con alta concentración de flúor en el agua.
- 7.- Realizar enjuagues quincenales de fluoruro de sodio al 0.2%.
- 8.- Utilizar pasta dental fluorurada.
- 9.- No ingerir fluoruro en gotas o tableta, si se come sal fluorurada.
- 10.- Visitar al dentista por lo menos cada seis meses.