

UNIVERSIDAD AMAZÓNICA DE PANDO

ÁREA DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANÍSTICAS

CARRERA TRABAJO SOCIAL



**PROPUESTA DE IMPLEMENTACIÓN DE HÁBITOS
BÁSICOS DE HIGIENE, PARA ESTUDIANTES DE LA
UNIDAD EDUCATIVA CACHUELITA BAJO, MUNICIPIO
PORVENIR EN LA GESTIÓN 2019.**

**PROYECTO DE GRADO PARA OPTAR AL GRADO ACADÉMICO
DE LICENCIADA EN TRABAJO SOCIAL**

Autora: Shoice Cruz Chambi

Tutora: Lic. Audrey Francis Ojopi Seeghers

COBIJA – PANDO – BOLIVIA

2019

UNIVERSIDAD AMAZÓNICA DE PANDO
ÁREA DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANÍSTICAS
CARRERA TRABAJO SOCIAL

PROPUESTA DE IMPLEMENTACIÓN DE HÁBITOS BÁSICOS DE HIGIENE PARA
ESTUDIANTES DE LA UNIDAD EDUCATIVA CACHUELITA BAJO MUNICIPIO
PORVENIR EN LA GESTIÓN 2019

Proyecto de Grado sometido a consideración de la Universidad Amazónica de
Pando, del Área de Ciencias Sociales y Humanísticas y la Carrera de Trabajo
Social.

Requisito para optar al grado de:

Licenciada en Trabajo Social

Por

Shoice Cruz Chambi

Cobija – Pando – Bolivia

Este Proyecto de Grado, ha sido aceptada en su presente forma por la Universidad Amazónica de Pando, la Dirección del Área Ciencias Sociales y Humanísticas y aprobada por el Tribunal.

FIRMANTES:

M. Sc. Carol Carlo Durán
DIRECTORA DEL ÁREA DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANÍSTICAS

Lic. Lucimar Soraide Castedo
TRIBUNAL

M. Sc. Eguy Tangora Zelada
TRIBUNAL

Lic. Frida Landívar Ali
TRIBUNAL

Lic. Audrey Francis Ojopi Seeghers
TUTORA

Univ. Shoice Cruz Chambi
POSTULANTE

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a los niños y niñas de la Unidad Educativa Cachuelita bajo, quienes con su cariño y amabilidad permitieron que realice la investigación.

A mis padres, pero sobre todo a mi abuelita quien me cuidó y me crió desde niña y protegió siempre y a mi familia en general por sus consejos y a mi esposo por estar conmigo en momentos de angustia.

AGRADECIMIENTOS

A mi Dios por ser el inspirador y darme fuerza para continuar en este proceso de obtener uno de los anhelos más deseados.

A mi familia entera por brindarme siempre su paciencia, apoyo incondicional y la fortaleza necesaria para culminar mis estudios.

A todas mis compañeras con quienes formamos lazos de amistad y a quienes llevaré conmigo mediante las anécdotas y momentos juntas.

A mi Tutora Lic. Audrey Francis Ojopi Seeghers, por paciencia y dedicación en el trayecto de mis correcciones de mi trabajo.

A los docentes que formaron mi enseñanza y aportaron en mis conocimientos.

A todos, mi eterno agradecimiento.

ÍNDICE DE CONTENIDO

Dedicatoria.....	ii
Agradecimientos.....	iii
Índice de contenido.....	iv
Índice de Tablas.....	vi
Índice de Figura.....	vii
Lista de anexos.....	viii
Resumen ejecutivo.....	ix
Introducción.....	

CAPÍTULO I

ANÁLISIS SITUACIONAL Y PRESENTACIÓN DEL PROBLEMA

1.1. Antecedentes Generales.....	3
1.1.1. Antecedentes.....	3
1.1.2. Descripción del Problema.....	6
1.1.2.1. Pregunta del Problema.....	7
1.1.3. Objetivos.....	8
1.1.3.1. Objetivo General.....	8
1.1.3.2. Objetivos Específicos.....	8
1.1.4. Justificación.....	8
1.1.4.1. Relevancia Social.....	9

CAPÍTULO II

MARCO METODOLÓGICO

2.1. Diseño de la Investigación.....	12
--------------------------------------	----

CAPÍTULO III

MARCO REFERENCIAL

3.1. Marco Legal.....	17
3.2. Estado del Arte.....	19
3.3. Marco conceptual.....	22
3.3.1. Teorías en Salud.....	35

CAPÍTULO IV

DIAGNÓSTICO

4.1.	Resultado del Diagnóstico.....	39
4.2.	Selección, Jerarquización y Priorización de Necesidades.....	58

CAPÍTULO V

DISEÑO DEL PROYECTO

5.1.	Denominación y Naturaleza del proyecto.....	59
5.1.1.	Descripción del Proyecto.....	59
5.1.2.	Justificación del Proyecto.....	59
5.1.3.	Marco Institucional.....	60
5.1.3.1.	Visión.....	61
5.1.3.2.	Misión.....	61
5.1.3.3.	Estructura Orgánica.....	62
5.1.3.4.	Análisis del Entorno.....	62
5.1.4.	Finalidad del Proyecto.....	64
5.1.5.	Objetivos.....	65
5.1.5.1.	Objetivo General.....	65
5.1.5.2.	Objetivos Específicos.....	65
5.1.6.	Componentes, actividades y productos.....	65
5.1.7.	Métodos y Técnicas.....	67
5.1.8.	Metas e Indicadores.....	67
5.1.9.	Beneficiarios directos e indirectos.....	68
5.1.10.	Localización Física y cobertura espacial.....	69
5.1.11.	Organización de la evaluación del proyecto.....	69
5.1.12.	Funciones del Área de Trabajo Social específicas en Educación Social...	70
5.2.	Marco Administrativo.....	71
5.2.1.	Equipo de Gestión.....	71
5.2.2.	Organigrama.....	72
5.2.3.	Cronograma de Actividades.....	73
5.2.4.	Determinación de los recursos necesario.....	74
5.2.4.1.	Recursos Humanos.....	74
5.2.4.2.	Recursos Materiales.....	74
5.2.4.3.	Recursos Financieros.....	75
	Recomendaciones.....	76
	Referencias Bibliográficas.....	78
	ANEXOS.....	

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Componentes, Actividades y Productos.....	66
Tabla 2: Metas e Indicadores.....	68
Tabla 3: Evaluación del Proyecto.....	69
Tabla 4: Equipo de Gestión.....	71
Tabla 5: Cronograma de Ejecución.....	73
Tabla 6: Presupuesto de personal.....	74
Tabla 7: Presupuesto de Recursos Materiales.....	75
Tabla 8: Presupuesto General.....	75

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Frecuencia de lavado de Cabello.....	39
Figura 2: Presencia de Piojos.....	40
Figura 3: Lavado de ojos.....	41
Figura 4: Cuidado de los ojos al leer.....	42
Figura 5: Material para la limpieza de la nariz.....	42
Figura 6: Frecuencia para la limpieza de los oídos y orejas.....	43
Figura 7: Material para limpiar los Oídos.....	44
Figura 8: Utilización del cepillo dental.....	45
Figura 9: Frecuencia en el lavado de dientes.....	46
Figura 10: Frecuencia del baño de cuerpo completo.....	47
Figura 11: Frecuencia de Lavado de Manos.....	48
Figura 12: Recorte de uñas.....	49
Figura 13: Frecuencia con la que cambian su vestimenta.....	50
Figura 14: Calzados que usan.....	51
Figura 15: Fuente de Información recibida en el hogar sobre la Higiene.....	52
Figura 16: Frecuencia de la Limpieza en el hogar.....	53
Figura 17: Actividades de limpieza en la Escuela.....	54
Figura 18: El Rincón del Aseo.....	55
Figura 19: Estructura Orgánica.....	62
Figura 20: Organigrama del Equipo de Gestión.....	72

LISTA DE ANEXOS

ANEXO 1 Encuesta dirigida a Estudiantes de la UE Cachuelita Bajo

ANEXO 2 Entrevista dirigida a docentes de la UE Cachuelita Bajo

ANEXO 3 Guía de Práctica sobre Hábitos de Higiene

ANEXO 4 Memoria Fotográfica

Resumen Ejecutivo

El presente Proyecto de Grado, pretende ser precursor en la investigación acerca de los hábitos básicos adoptados por los estudiantes de primaria como medio preventivo de los cuidados de la salud.

El objetivo principal del Proyecto de Grado es Fortalecer mediante una guía práctica los hábitos de higiene dirigida a niñas y niños que estudian en la Unidad Educativa Cachuelita Bajo del Municipio de Porvenir.

El diseño de la investigación es de tipo propositiva puesto que se planteó la propuesta de la inclusión de hábitos de higiene en la Unidad Educativa Cachuelita Bajo, obedeciendo a un enfoque mixto es decir cualitativo y cuantitativo realizado mediante la aplicación de instrumentos como la encuesta dirigida a los niños y niñas, las entrevistas dirigidas a los docentes y la observación que permitió describir las características de la institución y el comportamiento en base a la higiene.

La revisión bibliográfica fue realizada en torno a la temática y el marco metodológico permitió percibir y establecer los hábitos de higiene adecuados para niños y niñas de primaria de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo y la elaboración del trabajo se realizó en 5 fases de ejecución.

La investigación tiene como resultado la propuesta de hábitos básicos de higiene en los niños y niñas en la Unidad Educativa Cachuelita Bajo estableciendo recomendaciones a la institución educativa, la Comunidad y el Municipio sobre la inclusión del proyecto en su Plan Operativo Anual, mismo que servirá de ejemplo para las demás Unidades Educativas del Municipio de Porvenir.

Introducción

La salud y la educación están entrelazadas en forma inseparable y es lógico que el sistema educativo, una institución que llega a una gran parte de la población en todos los países sea el principal vehículo para transmitir información que beneficie en una adecuada salud de las familias. La buena salud es vital para un aprendizaje eficaz y la educación es un medio poderoso que permite a la niñez y juventud alcanzar sus metas propuestas para la vida, siempre y cuando se mantenga en un perfecto estado de salud. Los hábitos de higiene son la herramienta más poderosa para prevenir enfermedades y es en la escuela en donde se deben fortalecer los conocimientos adquiridos en la familia.

El presente proyecto de grado pretende reforzar los conocimientos en niños y niñas del nivel primario sobre los hábitos de higiene para que de esta manera repercuta en su entorno y así prevenir enfermedades cuidando su salud.

El objetivo que guio la elaboración del proyecto fue la propuesta de una guía práctica sobre higiene para niñas y niños en la Unidad Educativa Cachuelita Bajo del Municipio de Porvenir para mejorar su rendimiento escolar y calidad de vida.

El presente proyecto de grado está compuesto por cuatro capítulos: En el Capítulo I Se presentan los antecedentes, la justificación, el planteamiento del problema y los objetivos propuestos que se plantearon en un inicio.

El Capítulo II contiene el diseño metodológico, con una investigación de tipo propositiva, ya que se realizó una propuesta para pretender resolver el problema y cumplir con el objetivo del proyecto sobre hábitos básicos de higiene para niñas y niños de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo del Municipio de Porvenir.

En el Capítulo III se describe el marco referencial, así como el marco legal, estado del arte, marco conceptual y el marco teórico, que sustentado, con citas bibliográficas referente a la higiene y su vínculo con la salud relacionado con la educación para niñas y niños.

El Capítulo IV, en el cual se reflejan los resultados y principales hallazgos de la investigación que establece que los niños y niñas de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo no tienen conocimientos suficientes ni prácticas de hábitos de higiene, lo mismo se detectó en la Unidad Educativa.

En el Capítulo V, se encuentra el diseño del proyecto y los componentes básicos para su implementación, teniendo como propuesta principal la Guía Práctica de hábitos de higiene diseñada para los niños y las niñas de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo.

Las recomendaciones del proyecto sugieren al Gobierno Autónomo Municipal de Porvenir viabilice la implementación del presupuesto en el POA sectorial de educación 2020 y su posterior ejecución para lograr un mejor resultados en la ejecución de las Políticas en Salud beneficiando a toda la población del Municipio.

CAPÍTULO I

ANÁLISIS SITUACIONAL Y PRESENTACIÓN DEL PROBLEMA

1.1 Antecedentes Generales

1.1.1 Antecedentes

Según Hurtado y Arancibia (2011) en el mundo, el rotavirus es la causa principal de gastroenteritis aguda con diarrea grave y deshidratación en menores de 9 años; cada año causa 114 millones de episodios de gastroenteritis, 24 millones de consultas, 2.4 millones de hospitalizaciones en menores de cinco años (20-50% de las hospitalizaciones por diarrea) y 611 000 muertes infantiles (80% en países pobres), que a su vez representan 5% de la mortalidad infantil mundial.

Como menciona la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2015) en un informe anual, 1,8 millones de personas mueren cada año debido a enfermedades diarreicas (incluido el cólera); un 90% de esas personas son niños menores de cinco años, principalmente procedentes de países en desarrollo.

Alrededor de un 88% de las enfermedades diarreicas son producto de un abastecimiento de agua insalubre y de un saneamiento y una higiene deficientes. Las medidas de higiene, entre ellas la educación sobre el tema y la insistencia en el hábito de lavarse las manos, pueden reducir el número de casos de diarrea en hasta un 45%

En Bolivia, “las Enfermedades Diarreicas Agudas (EDA) se presentan en alrededor del 30% de la población total de niños menores a 5 años, produciéndose anualmente más de 12.000 muertes. En la ciudad de Cochabamba similar a otras regiones de Bolivia” (Hurtado y Arancibia, 2011, p. 4) las EDA son una de las principales causas de consulta y hospitalización en la población infantil.

Como establece la Organización Mundial de la Salud:

Entre los patógenos asociados a la diarrea, los rotavirus (virus que se encuentra en agua insalubre, desechos y eses, mayormente es transportado en las manos) representan la causa más común de gastroenteritis infantil en todo el mundo. Se ha estimado que anualmente causan 111 millones de episodios diarreicos en pacientes ambulatorios de 2 millones de hospitalizaciones y entre 352.000 a 592.000 muertes en niños menores a 5 años. Hasta los 5 años de edad, todos los niños han tenido por lo menos un episodio de gastroenteritis causada por rotavirus, estimándose que 1205 niños mueren diariamente a causa de éste virus, más del 82% de los cuales provienen de países pobres(2015, p. 3).

Es importante mencionar que las EDA en la población de Pando tienen una tendencia creciente como mencionan Flores y Fidel (2016) en el 2015 y descendente hasta el 2018. En el año 2015, se reportaron más de 11 mil atenciones de esta enfermedad en el Departamento y la tasa fue de 148 consultas por cada mil habitantes. En cuatro de los quince Municipios del Departamento la tasa sobrepasa las 200 atenciones por mil habitantes, teniendo las tasas más altas los Municipios Gonzalo Moreno (325), Villa Nueva (376), Nueva Esperanza (247) y Porvenir (278). Lo cual nos da la referencia de que es un problema actual por el que atraviesan las familias sobre todo del área rural.

Así también, la Asamblea General de las Naciones Unidas en septiembre del 2015 establece y aprueba 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), el objetivo N° 3 está referido a garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades, para lograr el desarrollo sostenible es fundamental garantizar una vida saludable y promover el bienestar para todos a cualquier edad; y el objetivo N° 6 señala en una de sus metas lograr el acceso a servicios de saneamiento e higiene adecuados y equitativos para todos y poner fin a la defecación al aire libre, prestando especial atención a las necesidades de las mujeres, las niñas y las personas en situación de vulnerabilidad (Naciones Unidas, 2016).

En el año 2000, un informe publicado por la entidad de la Organización de Naciones Unidas para la Infancia titulada “SCHOOL SANITATION AND HYGIENES EDUCATION” revelo que los niños son más vulnerables en algunas enfermedades relacionadas con la ausencia de hábitos de higiene, motivo por el cual se relaciona a la higiene con la salud de las personas, sobre todo de los niños y niñas quienes son más propensos a contraer enfermedades causadas por la ausencia de higiene, además de ello, se debe mirar el problema no solo como un descuido sino también como un tema cultural que acompaña al entorno familiar (UNICEF, 2000).

Asimismo (UNICEF, 2007) señala que la educación debe tener dos ejes centrales de desarrollo: el hogar y la escuela. El hecho que estos puedan tener una misma orientación es el primer paso para que los niños empiecen a crear hábitos de higiene.

En Bolivia según la Agenda Patriótica del Bicentenario (APB, 2025) establece la socialización y universalización de los servicios básicos con soberanía para vivir bien, es decir, que los servicios básicos constituyen derechos humanos; estos servicios no son un negocio y no pueden ser privatizados para generar lucro y ganancias privadas a costa de la pobreza.

Asimismo, es obligación del Estado Plurinacional de Bolivia garantizar el pleno acceso del pueblo boliviano a servicios de agua y alcantarillado sanitario en condiciones equitativas y en equilibrio y armonía con la Madre Tierra. Además; el tercer Pilar señala que se debe proveer y garantizar servicios de educación pública y gratuita, así como servicios de salud accesibles, estatales, gratuitos, de calidad y calidez que protejan y brinden salud, bienestar y felicidad a todo el pueblo boliviano, y contribuyan a la formación del nuevo ser humano integral.

En ese sentido, las Naciones Unidas para la Infancia señala que se están desarrollando proyectos de promoción de hábitos de higiene en los Departamentos de Potosí y Cochabamba, para proponer una metodología basada en el desarrollo de habilidades para la vida que permita a los niños y niñas la adquisición de prácticas de higiene (UNICEF, 2007, p. 5).

Es por ello que la salud es muy importante para el bienestar de los niños, que están vulnerable para cualquier tipo de infección que pueda contraer, a causa de la falta de higiene.

Las acciones de promoción de higiene, apuntan al cambio de comportamiento, principalmente en niños y niñas para que estos puedan ser agentes de cambio e influencia para sus padres y Comunidad, que serán en beneficio de todos los niños beneficiario de la propuesta planteada.

En el Municipio de Cobija, capital del Departamento Pando se está ejecutando el Programa MIAGUA IV, en uno de sus componentes DESCOM-FI de Educación Sanitaria y Resiliencia Climática, se ha desarrollado talleres de capacitación en siete Unidades Educativas tal es el caso, Nuestra Señora del Pilar, San Francisco de Asís, German Busch, Bella Vista, Eduardo Abaroa, Simón Bolívar y Marcelo Quiroga Santa Cruz, sobre el lavado de manos (Muñoz, comunicación personal, 22 julio. 2017).

La entrevista realizada al profesor indica que no ha sido beneficiado con estos tipo de programa más aun con talleres de educación sanitaria en el Municipio de Porvenir ubicado a 30 kilómetros de la capital del Departamento Pando, y principalmente en la Comunidad Cachuelita Bajo Situada a 9 km, a orillas del rio Tahuamanu, en la que se encuentra la Unidad Educativa Cachuelita Bajo perteneciente; al núcleo Arturo Morales, con 32 estudiantes inscritos (Klaus Mercado, Comunicación personal, 06 de febrero. 2019).

Por lo descrito, anteriormente se ve pertinente y factible elaborar una propuesta, con la finalidad de crear hábitos básicos de higiene en niñas y niños en la Unidad Educativa Cachuelita Bajo del Municipio de Porvenir, a fin de evitar enfermedades.

1.1.2 Descripción del Problema

La Unidad Educativa “Cachuelita Bajo” del Municipio Porvenir al igual que toda institución de enseñanza de educación básica tiene la obligación de fomentar en la Comunidad la búsqueda expresa para el óptimo estilo de vida que permita ofertar una educación de calidad y calidez, acorde con los ámbitos de formación actual.

Sin embargo, según un estudio de campo inicial se percibió que existe un malestar general ya que los estudiantes, debido a la falta de condiciones de salubridad, cuidado de los padres y de autocuidado no poseen condiciones que les permita exteriormente una imagen de limpieza

Ya que uno de los principales problemas que afrontan los docentes de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo, es la falta de higiene en los estudiantes, esto acompañado de la escasa ayuda que los padres de familia que desde casa no inculcan a sus hijos en la práctica de higiene y cuidado personal. Tratando de encontrar las razones que causan este hecho que avergüenza y que preocupa porque esto ocasiona un sin número de enfermedades (Belizario Flores, comunicación personal, 06 de febrero. 2019).

El problema de la falta de higiene involucra no solamente a la familia, sino también a la Comunidad, a las instituciones de salud, de educación y a los gobiernos municipales, puesto que es lamentable que no se designen recursos suficientes para enfrentar la situación de falta de higiene y sus consecuencias en los estudiantes.

Como establece la Norma de Caracterización de Primer Nivel (2013) los centros de salud, al igual que los establecimientos educativos deben promover los hábitos de salubridad e higiene con el fin de prevenir enfermedades e informar sobre todo a niños y niñas en edad escolar sobre adquirir estos hábitos por su bien y el de su entorno familiar.

El presente proyecto nace a raíz de la preocupación de autoridades del área educativa y sanitaria sobre la incidencia de enfermedades parasitarias que presentan la mayor parte de niños y niñas procedentes de la Comunidad Cachuelita Bajo ubicada en el Municipio de Porvenir, como refiere el Dr. Zarco, médico del Centro de Salud Villa Rojas, los niños y niñas en edad escolar con frecuencia presentan enfermedades diarreicas e infecciones estomacales. Estos niños y niñas que proceden de la Comunidad Cachuelita bajo, siendo uno de los principales factores de incidencia en estas enfermedad la falta de hábitos de higiene, ya que, debido a ello se enferman constantemente, además, los padres desconocen estos hábitos (Zarco, comunicación personal, 22 de noviembre. 2018).

Por otra parte el profesor Claus Mercado, Director de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo, está de acuerdo con el responsable del Centro de Salud Villa Rojas al mencionar que las niñas y niños no tienen hábitos básicos de higiene, lo cual influye en su rendimiento escolar, en su desarrollo psicosocial y en su salud. Sin embargo, en la escuela tampoco reciben instrucción sobre estos hábitos.

Otra causa, es que los padres de familia por trabajar en el bosque dejan a sus hijos solos o al cuidado de terceros y por ello no se preocupan en inculcarles hábitos de higiene. Sin embargo se considera que aparte de los padres, la escasa iniciativa de los docentes de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo, influye en el escaso conocimiento y por ende la práctica de hábitos de higiene en los estudiantes. Asimismo, se denota que la atención a las necesidades del cuidado de higiene tales en la prevención a través del personal de salud carece por parte del Gobernador del Municipio de Porvenir.

1.1.2.1 Pregunta del Problema

¿Por qué existe una limitada información sobre hábitos básica de higiene en niños y niñas y Cómo se puede fortalecer la practica en la Unidad Educativa Cachuelita Bajo del Municipio de Porvenir, en la gestión 2019?

1.1.3 Objetivos

1.1.3.1 Objetivo General

Diseñar una guía práctica sobre los hábitos básicos de higiene en niñas y niños de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo del Municipio de Porvenir.

1.1.3.2 Objetivos Específicos

- Establecer los hábitos de higiene que deben practicar niñas y niños de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo, en la Unidad Educativa y el hogar.
- Determinar la situación de la práctica sobre hábitos básico de higiene en la unidad Educativa Cachuelita Bajo.
- Validar la guía didáctica sobre hábitos de higiene en los niños y niñas de la Unidad Educativa Cachuelita bajo.

1.1.4 Justificación

La importancia de inculcar hábitos de higiene va más allá de esperar y suponer que los niños y niñas hayan aprendido lo elemental sobre higiene en sus hogares, puesto que en el área rural es en donde con mayor énfasis se visibiliza la problemática acerca de la ausencia o carencia de hábitos de higiene, no solo en los niños y niñas sino también en la Comunidad.

La intervención de Trabajo Social en el ámbito educativo incide en la resolución de problemáticas sociales detectadas y la resolución estratégica de las mismas, mediante la promoción, prevención, gestión y educación social (Ander-Egg, 2006). Es en ese sentido que también el Trabajador(a) Social participa en equipos de atención sanitaria aportando con la promoción de la higiene a través de socialización y orientación en el ámbito educativo.

Es por ello que se consideró necesaria fortalecer la información que los estudiantes manejan sobre hábitos de higiene con la implementación de una guía didáctica dirigida a niñas y niños de primaria para que sea parte de la enseñanza en el entorno educativo, puesto que, es ahí donde obtienen los conocimientos necesarios y precisos para desarrollarse en la vida, además de retroalimentar esta enseñanza en sus hogares.

Son los niños y niñas los informantes y practicantes clave sobre hábitos de higiene ya que su desarrollo permite asimilar información y convertir esa información en hábitos de vida.

El presente proyecto, será un aporte práctico y pertinente al conocimiento institucional educativo, respecto a la implementación de hábitos de higiene para niñas y niños, lo cual facilitara la elaboración de otros proyectos aplicativos que respondan a demandas educativas, con impacto social en la mejora de la calidad de vida significativamente al desarrollo integral de niñas y niños en la Unidad Educativa Cachuelita Bajo el Municipio de Porvenir.

1.1.4.1 Relevancia Social

Inducir a los niños y niñas en la práctica de hábitos de higiene es un pilar fundamental clave para la calidad de vida no solo para ellos sino también para sus familias, ya que esos retroalimentan en casa lo que aprenden en la escuela y eso desencadena que la familia entera comience a practicar hábitos de higiene diariamente, de esta manera mejorar su condiciones de vida evitando enfermedades, cuidando su aseo personal e integrándose sin problemas en las interrelaciones personales.

La intervención social en la promoción de hábitos de higiene, requiere de una acción eficiente y adaptada a la realidad local, para contribuir en el comportamiento de las niñas y niños en edad escolar, ya que ellos tienen mayor capacidad para ser agentes de cambio de futuras generaciones (Cabria, 2012, p. 55).

Por lo tanto es importante inculcar a los niños hábitos de higiene para que tengan una vida saludable.

La Educación para la Salud es el proceso educativo dirigido a dotar a las persona y a la Comunidad, de la capacidad de aumentar su control sobre los factores que tienen influencia sobre su salud. (OMS, 2015). Educar a las personas y familias sobre salud es una tarea ardua y necesaria para que tengas las armas necesaria para combatir enfermedades.

Así también Vargas “expresa que la escuela es un espacio fundamental para lograr inculcar adecuados hábitos para conservar la salud y bienestar” (2002, p.35). Esto quiere decir que el ámbito educativo es el ideal para que los niños y niñas capten, aprendan y se informen sobre las prácticas de higienes y las conviertan en un hábito diario.

Los niños y niñas aprenden mucho y rápido en la escuela ya que ellos tienen toda la capacidad y mente abierta para informarse sobre las prácticas de higiene.

Se puede hacer hincapié en lo que mencionan Argudo y Ayuso (s.f.) quienes señalan que es la escuela el pilar de base para constituir el desarrollo de estrategias que contribuyen en la prevención y promoción de la salud individual y colectiva y por lo tanto, permite capacitar en salud y también contribuir a la mejora del medio ambiente. Lo cual significa que los maestros tienen la importante tarea de formar a los estudiantes para desarrollarse en la vida con una preparación integral permitiéndoles cuidar de sí mismos y de su entorno (p.2).

Es primordial que los hábitos de higiene, aparte de inculcarlos en casa sean inculcados en la educación básica. Los maestros tienen una labor muy importante al hacer que sus estudiantes adopten estos hábitos y buscar las estrategias educativas necesarias para que esto sea replicado en el hogar además de incluir a los padres y madres de familia para que se involucre. El cambio de vida sería drástico, ya que la suciedad solo acarrea enfermedades, mal aspecto y rechazo social.

El Ministerio de Salud (2007), refiere que el centro educativo es un espacio privilegiado para la formación y difusión de una cultura de la salud desde sus alumnos hacia la familia y Comunidad, como institución representativa de su localidad, es responsable de la construcción de espacios de desarrollos saludables y sostenibles en el tiempo en coordinación con otras instituciones. La escuela tiene un papel fundamental en relación a la educación para la salud, muchos de los hábitos y costumbres que se adquieren en ella, son desarrollados por las personas durante toda su vida.

Es por ello que los maestros son quienes deben de transmitir y reforzar en los niños y niñas los conocimientos necesarios para que adquieran estilos de vida saludables y una autonomía personal para ser desarrollada a lo largo de su vida.

La intervención social en el ámbito educativo, no solo ve los problemas que acontecen en el lugar, además de ello, visibiliza y detecta problemas por los cuales atraviesan las familias y la Comunidad en general y es de ahí que parte los proyectos que contribuyan en la solución de esos problemas beneficiando a toda la población.

Es por ello que iniciando el proyecto en la escuela Cachuelita Bajo se alcanzó involucrar a la Comunidad en general para que así ellos tengan el conocimiento básico sobre estos hábitos y así ellos puedan inculcar a sus niño ya que la mayor parte no tiene el conocimiento sobre esta temática.

Ya que hay que tomar en cuenta que en las Comunidades dan muy poca importancia sobre esta temática y es donde se debería aplicar a un más por el tema de que ellos no reciben talleres o algún tipo de capacitación para la advertencia de cualquier tipo de enfermedades es por eso que mi persona como estudiante de la Universidad se ha basado en esta temática para poder coadyuvar de una u otra manera a estos niños y me ha llamado mucho el interés

CAPÍTULO II

MARCO METODOLÓGICO

2.1. Diseño de la Investigación

La definición de metodología, se refiere “cuando se designa al conjunto de operaciones o actividades que, dentro de un proceso preestablecido, se realizan de manera sistemática para conocer y actuar sobre la realidad social” (Barragán, 2005, p. 120). Asimismo es utilizado en diferentes estudios de investigación.

El presente trabajo de investigación responde a una metodología descriptiva y propositiva “La investigación propositiva indica que el investigador creara una propuesta alternativa a la solución del problema” (Ñaupas y Mejía, 2011, p. 126). Por lo cual se planteó como propuesta alternativa la implementación de una guía didáctica sobre Hábitos de Higiene para los estudiantes de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo para así de esta manera poder coadyuvar para la higiene personal de los niños y niñas de la presente escuela.

Dado la naturaleza del objeto de estudio el enfoque de la investigación utilizado fue mixto. “Las investigaciones con enfoque mixto consisten en la integración sistemática de los métodos cuantitativo y cualitativo en un solo estudio con el fin de obtener una fotografía más completa del fenómeno” (Hernández, 2004, p. 4). Los datos recabados mediante técnicas e instrumentos de análisis mixtos permitieron plantear una propuesta para pretender resolver el problema y cumplir con el objetivo del proyecto sobre el fortalecimiento en los hábitos básicos de higiene para niñas y niños de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo del Municipio de Porvenir.

Por lo tanto y de acuerdo a los objetivos planteados, el presente proyecto se realizó de acuerdo a cinco Fases de Ejecución las cuales se detallan a continuación:

Fase 1. Contexto

➤ Ubicación del Área de Estudio:

El proyecto propuesto en su fase de campo, se desarrolló en la Comunidad Cachuelita Bajo, ubicado en el Municipio de Porvenir del Departamento Pando.

➤ Área a utilizar

El área específica, donde se realizó el levantamiento de la información de interés, para cumplir, con los objetivos propuestos, es la Unidad Educativa Cachuelita Bajo del Municipio de Porvenir.

Fase 2. Fuentes de obtención de la información:

En primera instancia, se describió los antecedentes y El Marco Teórico a partir de diferentes fuentes secundarias, como documentos digitales, libros entre otros.

Fase 3. Diagnóstico:

Para iniciar la investigación se realizó diagnóstico que consiste en el conocimiento de la realidad o del problema que se quiere abordar, abarca tanto las manifestaciones del problema, como sus consecuencias y repercusiones.

Un buen diagnóstico es la mitad de la solución de un problema. Para lograr un buen diagnóstico se necesita delimitar el alcance del proyecto, contar con información confiable, delimitar el espacio y el tiempo de proyecto.

Por consiguiente, es necesario utilizar técnicas y herramientas, que se detallan a continuación:

Las técnicas que se utilizó fueron la encuesta y la entrevista y la observación, así mismo las herramientas utilizadas fue el cuestionario guía de entrevista y la guía de observación.

Técnicas de levantamiento de Datos:

Las técnicas utilizadas estuvieron acordes al objeto de estudio y al contexto. “Las técnicas de recolección de datos, son estrategias que permiten al investigador llevar a cabo el levantamiento de la información necesaria, con el fin de determinar las condiciones existentes”. (Loggio, s.f., p. 33). De esta manera se logró obtener los datos que dieron pie a la construcción del proyecto de grado.

Las técnicas a utilizar fueron la encuesta, la entrevista y la observación como se detalla a continuación:

Encuesta

Respeto a la encuesta y su aplicación recurriremos a García (2018) quien afirma que es una herramienta que se realiza para realizar una investigación sobre una muestra de sujetos representativa de un colectivo más amplio, utilizando procedimientos estandarizados de interrogación con intención de obtener mediciones cuantitativas de una gran variedad de características objetivas y subjetivas de la población.

Mediante la encuesta se obtienen datos de interés del investigador interrogando a los miembros de un colectivo o de una población. En la investigación se aplicaron encuestas a los 29 estudiantes de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo con la finalidad de identificar sus prácticas de higiene y la información que tienen sobre las mismas.

Observación

El acto de observar según suele estar asociado al proceso de mirar con cierta atención una cosa o actividad; o sea, concentrar la capacidad sensitiva en algo por lo cual estamos particularmente interesados. “La observación es fundamentalmente en cualquier investigación, cualitativa. Observar no es, sin embargo, sólo mirar; se trata de hacerlo en forma sistemática, y, en lo posible, de manera controlada y precisa” (Barragán, 2005, p.15). Esta técnica se aplicó en todo momento, analizando aspectos importantes como la infraestructura, las condiciones de aseo, la apariencia de los niños y niñas, las condiciones de higiene, entre otros.

Entrevista

Es la técnica más utilizada para lograr recolectar los datos necesarios para una investigación, “La entrevista es la conversación con un objetivo o propósito de llevar a cabo conversaciones cuya finalidad es obtener información en torno a un tema” (Kahn y Cannell citado en Barragán, 2005, p.140). Entrevistar tiene la ventaja que obtener mayores datos e información, por la interacción que se produce entre el entrevistador y el entrevistado, lo que facilita que pueda hablarse de temas que no estaban previstos plantearse; además amplía mucho más el abanico de respuestas, en virtud a la interlocución que se produce entre el investigador y el sujeto entrevistado. Esta técnica fue aplicada a los docentes de la unidad educativa y en cierta manera a los estudiantes al realizar las encuestas, ya que ello permitió un acercamiento al objeto de estudio.

Fase 4. Elaboración y Diseño de la Propuesta.

El diseño de la propuesta gira en torno al diseño y elaboración de la guía Práctica de Hábitos de Higiene, dirigida a los niños y niñas de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo, la cual fue elaborada por la investigadora en base a la revisión bibliográfica de trabajos similares y tras el diagnóstico contextual mismo que orientó en las necesidades sobre Hábitos de Higiene que necesitan conocer los niños y niñas.

Fase 5. Validación

En cuanto a esta fase, se involucró a la población beneficiaria es decir a estudiantes principalmente, maestros de la unidad educativa y a los padres y madres de familia además de algunas autoridades de la Comunidad y el Municipio, aplicando la técnica expositiva, donde se llevó a cabo la explicación del contenido de la Guía Práctica sobre Hábitos de Higiene.

La Guía fue bien aceptada por los niños y niñas además de concienciar a los maestros de la importancia de su aplicación y la creación de un rincón del aseo en el aula para permitir a los estudiantes realizar estas prácticas de higiene. La metodología implementada en la validación fue llevada a cabo en una plenaria y posteriormente se entregó a cada estudiante una guía para que ellos la conserven y se guíen en su contenido, instando a los docentes de la unidad educativa realizar la utilización cuando ellos consideren necesario.

Resultados esperados del proyecto de grado

Los resultados esperados en el diseño del proyecto fueron lograr un diagnóstico de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo, que permitió conocer mejor la realidad de la Comunidad, cuál es el contexto, cuáles son los recursos y medios disponibles, los factores más significantes que influyen en la situación problema, cuáles son los actores implicados, y otros aspectos; con la finalidad de proponer la implementación, de una Guía Práctica de Hábitos de Higiene para niñas y niños.

Aportar en la prevención de la salud de los niños y niñas en la Unidad Educativa Cachuelita Bajo, tal como lo establece la Ley N° 548, Código niña, niño y adolescente, artículo 18, que a la letra dice: "Las niñas, niños y adolescentes tienen el derecho a un bien- estar completo, físico, mental y social", es pertinente para la identificación de hábitos básicos de higiene y la propuesta de acciones que contribuyan a mejorar la salud de las niñas y niños.

Elaborar los lineamientos de intervención social en la Unidad Educativa Cachuelita Bajo del Municipio de Porvenir, para fortalecer la promoción de los hábitos básicos de higiene y educación sanitaria con la participación de la Comunidad. Se validó la propuesta, una vez concluido con el diseño del proyecto, aplicando la técnica expositiva, donde se expuso a través de un medio audiovisual la propuesta diseñada sobre los hábitos básicos de higiene para niñas y niños de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo, con la participación activa de docentes, padres de familia, autoridades del establecimiento educativo y autoridades municipales; y con el uso del instrumento de registro se validó la propuesta en campo con el actas correspondiente, firmada por jurisdicciones competente.

CAPÍTULO III

MARCO REFERENCIAL

3.1. Marco Legal

El marco legal del Proyecto de Grado se enmarca en los derechos que protegen la integridad de los niños y niñas como se establece a continuación.

El Código del Niño, Niña y Adolescente (Ley N° 2026)

Aprobado en octubre de 1999, entra en vigencia el 22 de junio de 2000, constituyéndose en un instrumento jurídico que precautela el estricto cumplimiento de los derechos de los niños, niña y adolescentes en el ámbito familiar, escolar y social. Esta norma legal, basada en el principio de la Convención de los Derechos del Niño, vela por el interés superior del niño, su universalidad, igualdad y dignidad, promueve el desarrollo integral e incorpora la participación de ellos mismos como protagonistas.

Estrategia Boliviana para la Reducción de la Pobreza (EBRP)

Se plantea la corresponsabilidad entre el Estado, en sus niveles de administración central, departamental y municipal, y la sociedad civil. Dado que la pobreza se constituye en el eje central de las acciones del Estado, éste reconoce una estrecha relación entre el crecimiento económico y la reducción de la pobreza, lo cual implica que las políticas económicas dependen de los avances de la política social.

Para reducir la pobreza se plantean cuatro componentes estratégicos:

1. Ampliar las oportunidades de empleo e ingresos.
2. Incrementar las capacidades.

3. Elevar los niveles de seguridad y protección.
4. Favorecer la integración social y la participación ciudadana.

Constitución Política Del Estado Niño, Niño y Adolescente (CPE y NNA)

Sección V: Derechos de la Niñez, Adolescencia y Juventud

Artículo 58. Se considera niña, niño o adolescente a toda persona menor de edad. Las niñas, niños y adolescentes son titulares de los derechos reconocidos en la Constitución, con los límites establecidos en ésta, y de los derechos específicos inherentes a su proceso de desarrollo; a su identidad étnica, sociocultural, de género y generacional; y a la satisfacción de sus necesidades, intereses y aspiraciones.

Así también en su Artículo 59, establece que:

- I. Toda niña, niño y adolescente tiene derecho a su desarrollo integral.
- II. Toda niña, niño y adolescente tiene derecho a vivir y a crecer en el seno de su familia de origen o adoptiva. Cuando ello no sea posible, o sea contrario a su interés superior, tendrá derecho a una familia sustituta, de conformidad con la ley.
- III. Todas las niñas, niños y adolescentes, sin distinción de su origen, tienen iguales derechos y deberes respecto a sus progenitores. La discriminación entre hijos por parte de los progenitores será sancionada por la ley.
- IV. Toda niña, niño y adolescente tiene derecho a la identidad y la filiación respecto a sus progenitores. Cuando no se conozcan los progenitores, utilizarán el apellido convencional elegido por la persona responsable de su cuidado.
- V. El Estado y la sociedad garantizarán la protección, promoción y activa participación de las jóvenes y los jóvenes en el desarrollo productivo, político, social, económico y cultural, sin discriminación alguna, de acuerdo con la ley.

Artículo 60. Es deber del Estado, la sociedad y la familia garantizar la prioridad del interés superior de la niña, niño y adolescente, que comprende la preeminencia de sus derechos, la primacía en recibir protección y socorro en cualquier circunstancia, la prioridad en la atención de los servicios públicos y privados, y el acceso a una administración de justicia pronta, oportuna y con asistencia de personal especializado.

3.2. Estado del Arte

Eda Yolanda Sánchez Oliva realizó una Tesis Doctoral en el 2012 titulada Programa Educativo para promover la higiene personal en estudiantes del primer grado de educación secundaria en las instituciones educativas estatales de la provincia de Chiclayo, desde la Universidad de Málaga, España.

La tesis tuvo como objetivo evaluar los efectos de un Programa Educativo para promover la higiene personal en los estudiantes del primer grado de Educación Secundaria en las Instituciones Educativas estatales de la provincia de Chiclayo.

La metodología adoptada en la investigación fue mixta, cuasi experimental con un grupo control. Las técnicas cuantitativas utilizadas para la recolección de datos han sido cuestionarios de inicio y final, junto a éstas se ha empleado técnicas cualitativas, como las fichas de evaluación para la recolección de datos.

Los resultados obtenidos se constituyeron en una guía importante para definir intervenciones efectivas sobre la higiene personal, que permita a los estudiantes, profesores, Comunidad en general cuidar su salud que constituye un valor fundamental y mejorar su calidad de vida, (Sánchez, 2012). Se considera que la investigación de Sánchez es fundamental en el entendimiento de la importancia que tienen los Hábitos de higiene en los estudiantes, además de presentar un constructo teórico importante sobre el proceso enseñanza-aprendizaje y como se puede modificar los hábitos de una Comunidad desde la enseñanza hacia los niños y niñas en la escuela.

Piedad Del Roció Mantuano Barahona y Julia Olga Barahona Junco en 2012, realizaron un Proyecto de Grado denominado Los Hábitos de Higiene en el Estudiante y su Desarrollo mediante la Aplicación de Instructivo desde la Universidad Estatal de Milagro en Ecuador.

El objetivo de la investigación fue Determinar los hábitos de higiene en los estudiantes, mediante la adquisición de normas de higiene que permitan mejorar su presentación personal. La metodología que utilizaron las autoras fue de tipo descriptiva, correlacional, transversal y no experimental.

La investigación arroja como resultado la aplicación de un Instructivo de creación propia sobre Hábitos de Higiene, concluyendo que los miembros de la Comunidad educativa; estudiantes, maestros y directores, están conscientes de la importancia que tiene la enseñanza de hábitos de higiene personal y escolar, además que el modelo educativo de la escuela, no trabaja en temas referentes al aseo, pulcritud personal por lo que la institución establece un plan para desarrollar buenos hábitos en los educando a partir del Instructivo, (Mantuano y Barahona, 2012). A partir de la lectura realizada de la investigación, nace la idea de realizar una guía de hábitos de higiene, para que la unidad educativa Cachuelita Bajo, cuente con un material didáctico, comprensible y divertido el cual sirva para reforzar y retroalimentar constantemente a los estudiantes y también sea un instrumento de enseñanza para los docentes.

Eva Cabria Corral en 2012, realizó una Tesis de Investigación sobre La Importancia de la Transmisión de Hábitos y Rutinas en Educación Infantil en la Escuela Universitaria de Educación de Palencia, España cuyo objetivo fue determinar la relevancia del aprendizaje de los hábitos y las rutinas en el contexto familiar y la posibilidad de desarrollar programas de mejora en el aula mediante una metodología descriptiva, cualitativa en la cual la autora utiliza como instrumentos la observación, aplicación de cuestionarios, talleres didácticos, entre otros. Los resultados obtenidos avalan la afirmación de que el núcleo familiar juega un papel trascendental en el aprendizaje de ciertas rutinas, hábitos y normas, que pueden y deben ser consolidados en el aula a través de acciones pedagógicas dirigidas por los equipos docentes.

La autora concluye que en definitiva los niños y niñas expresan la convicción de que los profesionales de la escuela colaboran en una inmensa tarea a la que son invitados los adultos progenitores, (Cabria, 2012). Lo resaltante de este proyecto es la base teórica en la cual la autora apoya la investigación, identificando la importancia de la trasmisión de hábitos y rutinas en la educación infantil. En una parte de este constructo se detalla el papel fundamental que se tiene dentro de la higiene que los niños y niñas deben adquirir y practicar en su diario vivir.

Se considera importante rescatar ciertas bases que aportaran en la construcción del marco teórico de la investigación. El Artículo denominado Higiene, salud y educación en su perspectiva histórica desde el Departamento de Teoría e Historia de la Educación en la Universidad de Murcia, España.

El Artículo trata de la aparición del movimiento higienista, a mediados del siglo XIX, los cambios sociales y educativos ligados al proceso de escolarización, que tuvieron lugar en dicho siglo y en la primera mitad del siglo XX, y el estudio científico de la infancia, desarrollado en el período de entre siglos, propiciaron la creación de sociedades y nuevas profesiones o especialidades profesionales, la proliferación de revistas, libros y folletos y la celebración de congresos, así como la aprobación de disposiciones legales sobre estos temas y la acción pública o privada.

El autor efectúa algunas observaciones sobre la actualmente denominada “educación para la salud” y añade, una cronología de aquellos hechos, publicaciones y disposiciones legales más relevantes en relación con el tema tratado, (Viñao, 2010). Se considera importante, abordar desde la perspectiva histórica y cultural como las sociedades se han ido adquiriendo hábitos de higiene, para de esta manera comprender como hay culturas que no las practican pese a las consecuencias. Sin embargo se considera que muchas costumbres en el área rural van ligadas a la educación. Mediante la educación se transforman realidades, sociedad y se mejora la calidad de vida.

Otra importante investigación es la que realizó Alba Lizandra Macías en 2016 denominada La Higiene en Educación Infantil; Los Talleres como recurso Didáctico en calidad de Tesis de Grado en la Universidad Jaume I, Castellón, España.

La investigación tuvo por objetivo general adquirir hábitos relacionados con el bienestar, la seguridad personal, la higiene y la salud así como de orden, constancia y organización relacionados con las diversas tareas. Su metodología estuvo basada en la Enseñanza para la Salud (EPS), esta metodología se traduce como una enseñanza mediante recursos manipulables, juegos, talleres, etc.

La autora ejecuto el trabajo en tres fases; Diseño y aplicación de talleres (fase 1), Observación (fase 2) y Evaluación (fase 3).

Los resultados de la investigación concluyen en que la utilización de talleres es efectiva en la mejora de los aprendizajes en la etapa de Infantil, dado que la motivación. Por otra parte la educación para la Salud, y en concreto la higiene, pueden trabajarse desde la etapa Infantil, ya que es la etapa caracterizada por asentarse las bases de la educación y en este caso, de hábitos y rutinas, (Mascias, 2016).

La investigación tiene un interesante enfoque vinculando la enseñanza con la salud desde las prácticas de higiene en los niños y niñas. Se consideró importante analizar los hallazgos que la autora realizó puesto que la investigación demuestra que información y el interés por este hábito es generalmente bajo, no le dan la importancia que merece, no solo niños y niñas, sino también docentes y padres de familia. La investigación demuestra también, que la mejor forma de educar a niños y niñas es mediante talleres didácticos de aplicación, en el sistema aprendo-haciendo.

En base a los trabajos investigativos mencionados se detalla a continuación el sustento teórico del Proyecto de Grado.

3.3. Marco Conceptual

Definición de Higiene.- El término higiene se deriva de Higia, la diosa de la curación en la mitología griega. Es un concepto muy amplio y a menudo muy ambiguo. “La higiene personal se define como el autocuidado por el que las personas realizan funciones tales como el baño, el acicalamiento, la higiene general del cuerpo y el aseo personal” (Koziwe, 2005, p. 774). Por lo tanto la higiene personal hace parte de la vida de las personas.

Por otra parte la higiene es el conjunto de conocimientos y técnicas que deben aplicar los individuos para el control de los factores que ejercen o pueden ejercer efectos nocivos sobre su salud. (Dueñas, 2001). Se puede mencionar en base a lo citado que la higiene es la práctica individual y social más antigua en la historia, no tiene fronteras culturales, regionales o raciales. Sin embargo estos hábitos son impartidos mediante la educación que reciben las personas, en el hogar y en la escuela. Estos se convierten en pilares generadores de conocimiento mediante la enseñanza y la práctica.

Brinda normas para mantener la salud del cuerpo, la higiene procura el bienestar del hombre. Enseñándole a preservarse de los agentes que pueden alterar su salud mediante el mantenimiento de su integridad física, intelectual y psíquica, (Parada, 2011). Por lo tanto los hábitos de higiene que todo ser humano debe practicar tienen que estar concebidos bajo la asociación higiene y salud, puesto que una persona que desde la infancia practica hábitos de higiene goza de mejor estado de salud librándose de las bacterias que puedan afectar su organismo.

Tras una revisión bibliográfica y en relación a estos autores se puede sintetizar de que la higiene como un conjunto de conocimientos, habilidades y actitudes que utilizamos para el control de los factores perjudiciales sobre nuestra salud o como una parte de la medicina dirigida a favorecer hábitos de vida saludables y prevenir enfermedades contagiosas.

El principal objetivo de la higiene es la prevención de enfermedades y el mantenimiento de la salud. Por lo tanto, los objetivos que se pretenden con este proyecto son principalmente lograr que los niños y las niñas conozcan y comprendan la importancia de la higiene como principal mecanismo para garantizar su salud a corto y a largo plazo, además de que aprendan a identificar las prácticas higiénicas que pueden llevarlas a cabo en el hogar y en la escuela, como también en los diferentes espacios en los que se desarrollan asumiendo comportamientos y hábitos orientados a mejorar sus condiciones higiénicas.

Evolución Historia de la Higiene

Como explica el autor durante su infancia existía la creencia de que lavarse o bañarse mucho resultaba dañino, puesto que los niños se volvían blandos. La bañera era un objeto más o menos decorativo que se usaba para guardar trastos y que recobraba su función original un día al año, el de San Silvestre.

Los miembros de la burguesía de finales del siglo XIX sólo se bañaban cuando estaban enfermos o iban a contraer matrimonio. En el siglo XVIII, se obliga a los habitantes de las ciudades a depositar la basura en los espacios asignados para ello y se prohíbe la práctica de desechar los excrementos por la ventana. (Sandor, 1971). Por lo tanto la higiene personal en aquel siglo no era importante para las personas.

El siglo XIX es el siglo de la renovación en cuanto a la higiene. Por un lado, el desarrollo del urbanismo permite la creación de tuberías de desagüe y de mecanismos para eliminar las aguas residuales de todas las nuevas construcciones. Poco a poco van apareciendo las primeras medidas de higiene: lavarse las manos y el aseo diario con agua y jabón. En 1907 se crea una oficina internacional de higiene pública, cuyo nombre pasará a ser conocido posteriormente por OMS (Organización Mundial de la Salud). Dicha organización establece un compromiso de lucha y colaboración frente a las enfermedades infecciosas.

En el siglo XX, empieza a introducirse el concepto de higiene en las escuelas y así hacer posible que la noción de higiene llegue a todas las clases sociales. Muchas medidas de higiene nos han permitido detener la propagación de muchas enfermedades, pero no de todas ya que en la época moderna vuelen a surgir algunas plagas de enfermedades antiguas como la tuberculosis o aparecen enfermedades nuevas como el SIDA, estas enfermedades son debidas especialmente a la emigración hacia países subdesarrollados donde aún no se han erradicado dichas enfermedades.

Los diferentes y variados avances de la ciencia en el siglo XXI, están permitiendo descubrir algunos tratamientos sobre las principales enfermedades de la humanidad. Por tanto, la higiene constituye una herramienta fundamental para luchar contra la expansión de plagas y enfermedades, acción que nos viene acompañando desde épocas remotas.

Los Hábitos de Higiene:

Uno de los aprendizajes más importantes de la primera infancia son los hábitos de higiene. Inicialmente son los padres quienes los van conformando, pero más adelante es en la escuela donde se pueden volver a aprender en un entorno distinto, que permite al niño comprender mejor el significado de esos hábitos y adquirir una responsabilidad creciente sobre su propia salud.

Respecto a los hábitos de higiene que se encuentran vinculados con el Estilo de Vida que se define como el conjunto de pautas de conducta y prácticas cotidianas de una persona. En concordancia con esta idea se entiende que estas conductas vienen a ser una forma de vivir, se relaciona con los aspectos de la salud mediante tres elementos básicos de los hábitos de salud: la alimentación, la higiene y el sueño. (Remes, 1980). Entre los hábitos de salud un componente fundamental son los hábitos de higiene, éstos tienen como objeto colocar a la persona en las mejores condiciones de salud frente a los riesgos del ambiente y del propio individuo, lo cual, va a ser fundamental en la prevención de enfermedades.

Ya que al tener una buena alimentación y buena higiene ayuda en el proceso se cambió en el sujeto tanto en lo personal y como sociedad. La palabra hábito está asociada al concepto de ruto o costumbre que se adquiere a partir de la repetición de una conducta similar día a día. Es en sí, la práctica frecuente que una persona debe realizar hasta convertirla en una necesidad. La higiene por otra parte es el aseo y limpieza en las personas, lugares o espacios.

Importancia de los Hábitos de Higiene

Para poder determinar la importancia de los Hábitos de Higiene comenzaremos citando a (Calvo, 1991) quien atribuye que la importancia se debe a la asociación entre el estado de la higiene personal y la incidencia de las enfermedades. El análisis de un factor común, el grado de limpieza, continúa siendo un indicativo coherente del nivel de salud. Está claro que la higiene tiene por objeto principal conservar la salud y prevenir las enfermedades, es por ello que se deben cumplir ciertas normas o hábitos de higiene tanto en la vida personal de cada quién como en la vida familiar, en el trabajo, la escuela, la Comunidad. La higiene trata sobre las medidas para prevenir y mantener un buen estado de salud. La práctica de las normas de higiene, con el transcurso del tiempo, se hace un hábito. De allí la relación inseparable de los Hábitos de Higiene.

Es conveniente para el aprendizaje, práctica y valoración de los hábitos de higiene que los adultos den el ejemplo a los niños, niñas y jóvenes con la práctica cotidiana de adecuados hábitos de higiene, para que se consoliden los conocimientos conceptuales, actitudinales y procedimentales sobre el tema. (Riquelme, 2012). Los hábitos higiénicos guardan relación con las demás actividades fundamentales que a diario ocupan a los niños y niñas como comer, dormir, jugar, control de esfínteres y mantener el cuerpo limpio y convenientemente vestido. La mayor parte de estos hábitos son adquiridos en los primeros años de vida. Una vez establecidos no se olvidan jamás.

(Riquelme, 2012) hace énfasis en que los hábitos higiénicos presentan las siguientes ventajas:

- Contribuyen al bienestar físico del organismo.
- Colaboran con el bienestar psíquico del niño/a.
- Son elementos esenciales en el comportamiento adecuado del individuo.
- Permiten economizar tiempo y esfuerzo intelectual en el cumplimiento de una serie de actos rutinarios de la vida diaria

Los hábitos de higiene no solo dan buen aspecto a las personas y ayudan a preservar su condición de salud, también actúa en su comportamiento, personalidad, desempeño y actitud. Puede que no se le otorgue la importancia que merece, sin embargo es el mayor medio de prevención contra enfermedades y ayuda en el desarrollo integral de los niños y niñas.

División de los hábitos de higiene

La Higiene según la (OMS, 2015) se divide en tres ámbitos: Higiene individual, higiene familiar, higiene comunitaria que a continuación se definirá.

- **Higiene individual:** comprende el mantenimiento del buen estado de salud del individuo lo que se traduce en el aseo de su cuerpo, de su vestimenta, de su hogar y de los alimentos que consume.
- **Higiene Familiar:** trata del mantenimiento higiénico que debe tener una vivienda, como responsabilidad única de la familia, tanto en el interior como el exterior, abarca el aseo de patios y cría de animales.
- **Higiene Comunitaria:** se refiere a la higiene de la población en general, las instituciones educativas, instituciones de salud, salubridad de lugares de esparcimiento social, eliminación de residuos, inspección de alimentos, servicios sanitarios, agua potable, etc.

A continuación se desglosará cada tipo de higiene, analizando a profundidad la higiene personal y comunitaria con mayor ahínco en la higiene de las instituciones de educación (escuela).

Higiene Individual

Los hábitos o prácticas de higiene individual se van concibiendo desde temprana edad, siendo inculcados en una primera instancia en el seno familiar y reforzados en el seno escolar. La higiene individual se trata simplemente de mantener el cuerpo limpio cuidando aspectos necesarios para evitar enfermedades. La higiene individual se sub divide en:

a) Higiene de las manos

Las manos son las principales causantes de la contaminación microbiana y de transmisión de infecciones ya que realizamos la mayor parte de las actividades diarias con ellas, además de ser una de las medidas preventivas más eficaces es el lavado de las manos, especialmente cada vez que se manipulen los alimentos. (Pamplona, 2009). Una persona que continuamente se lava las manos, se está auto protegiendo de todas las bacterias que se encuentran en la atmosfera.

Enseñar a los niños desde temprana edad que el lavado de manos más que ser una acción de higiene es una medida de prevención, los protegerá de enfermedades y adoptaran el hábito de la higiene para toda su vida.

b) Higiene de los pies

La higiene de los pies es fundamental en la higiene corporal, por el elevado riesgo de contraer enfermedades íntimamente relacionadas con los mismos y con la práctica de actividad física. Ello es debido a la escasa ventilación que existe (dado que casi siempre van calzados). Los pies tienden a producir malos olores, por lo que para evitarlo hay que utilizar calzado de un material que permita la transpiración, un número de calzado adecuado a nuestra medida, y los calcetines y medias no deben usarse más de dos veces. Lo cual se puede complementar el uso de un talco para pies.

La limpieza de los pies es de gran importancia, ya que al estar poco ventilado por el uso del calzado es fácil que se acumulen en ellos el sudor que favorece la aparición de infecciones y mal olor. (Salas y Marat, 2000). Además hay que lavarlos diariamente y es fundamental un buen secado, sobre todo entre los dedos, para evitar el desarrollo de posibles enfermedades. Las uñas se cortan frecuentemente y en línea recta para evitar encarnaduras.

Es importante recalcar que la higiene no es solo mantener el cuerpo limpio sino que la higiene viene hacer el aseo desde las uñas hasta el cuero cabelludo ya que influye en la personalidad de cada persona y niño hasta su adultez.

Es recomendable lavarse los pies cada día con agua fría o tibia y usando un jabón o gel de pH ácido. La duración del lavado no será superior a 10 minutos, para evitar la maceración de la piel. Asimismo, para el calzado, deben utilizarse materiales naturales que permitan la transpiración, fundamentalmente cuero y sobre todo en verano, y no se debe usar cada día el mismo par de zapatos. Los calcetines y medias deben confeccionarse de materiales naturales y utilizar, especialmente en invierno, la lana y el algodón (Salas y Marat, 2000, p.21).

Por tanto como padres de familia y amas de casa tener la amabilidad de poder contribuir a la higiene de su niño cotidiana a los calzado, ropa, cabello y entre otros hace la vida del niño saber educarlo.

Por otro lado hace que los hábitos de higiene hablen por sí mismo de la limpieza de un niño porque eso quiere decir que el niño viene desde casa aprendiendo cada hábito que se le imparte (Pamplona, 2009) dice que los pies están sometidos a mucha presión y requieren, además de higiene, de una vigilancia continua para detectar oportunamente lesiones. La higiene requiere de baño diario, cortar las uñas regularmente y en línea recta, además de evitar caminar con los pies desnudos debido a que ésta es una posible vía de infección, por lo tanto se puede ver que la higiene es fundamental en cada ser humano en especial en los niños que están propensos a cualquier tipo de enfermedades infecciosas.

En áreas rurales, es difícil ver a niños y niñas usando calzados, puesto que lo que acostumbran a usar son chinelas de goma o caminan descalzos. Lo cual es parte de su cultura, sin embargo puede deberse a la falta de información sobre los riesgos de caminar descalzos en un área llena de microbios, bacterias y otro tipo de daño al que se exponen.

c) Higiene del cabello

En lo que concierne la Higiene del cabello recomiendan pautas para mantener aseado nuestro cabello: el lavado de la cabeza debe realizarse, como norma general, cada 2 a 3 días, el pelo se debe lavar con un champú lo más neutro posible, utilizar algún tipo de acondicionador, se puede utilizar una mascarilla hidratante una vez a la semana para nutrir en profundidad el cabello. Éste debe cortarse cada mes y medio para mantener una forma de corte correcta. Usar el cabello recogido, el mayor tiempo posible. No utilizar peines, ganchos, de otras personas. (Sánchez y Ruiz, 2010). En el clima oriental, sobre todo en el área rural, la gente acostumbra a mojarse el cabello para refrescar, sin embargo el uso de jabón para el cabello no se denota en el área rural. Sin bien se mojan la cabeza, muy pocas veces utilizan jabón para el cabello, mucho menos bálsamo para piojos, por lo que es indispensable que los niños y niñas adquieran ese hábito para cuidar de su salud personal.

Respecto a la higiene del cabello, es muy importante conocer que la higiene del cabello es el concepto básico del aseo, como menciona limpieza y cuidado de nuestro cuerpo, no es solamente mantener el cabello bien peinado y cepillarse los dientes; es importante para la salud y la seguridad de las familias, mantener una buena higiene del sitio de trabajo, escuela o lugar donde se encuentran o se desarrollan diariamente porque nos brinda normas para mantener la salud del cuerpo y es gozar de la vida y hacerla más hermosa (Parada, 2011).

En definitiva la higiene del cabello es importante para la eliminación de suciedad, el exceso de grasa y la caspa y es recomendable el lavado tres veces por semana ya que genera hongos y otros tipo de enfermedades y bacteria en tiempo de la zafra se puede notar mucho de estos caso ya que no llevan un acceso de aseo personal y no hay quien le brinde la información necesaria para un adecuada higiene.

d) Higiene de la piel

La piel es el órgano más grande del cuerpo humano y es por ello que su higiene es de mucha importancia. (Potter y Perry, 2003) expresan que el baño y el cuidado de la piel forman parte de la higiene total, la duración del baño de la persona y los métodos usados dependen de sus habilidades físicas, los problemas de salud y el grado de higiene requerido. Refieren que la piel, es un órgano activo que tiene las funciones de protección, excreción, regulación de la temperatura y sensibilidad.

El baño diario es fundamental para mantener el cuerpo sano, debe considerarse siempre la forma y el material que se requiere para su realización además de enseñar a las personas desde la niñez la importancia del baño a diario para mantenerse saludable y con mucha energía, es por ello que mantener el cuerpo limpio es muy saludable para la salud.

En cualquier época del año ha sido un factor decisivo para acabar con muchas enfermedades infecciosas. Es decir que la falta de higiene y de limpieza corporal favorece las infecciones. (Pamplona, 2009). Lo más recomendable es ducharse al menos tres veces por semana, preferentemente por la noche, para ello se debe utilizar jabones de acidez similar a la de la piel y que no irriten.

d) Higiene buco-dental

La salud oral como un estándar de los tejidos orales que permite que un individuo coma, hable y socialice sin incomodidad o vergüenza, lo cual contribuye al bienestar general. La higiene buco-dental es importante cuidarla desde pequeños y hacer de la higiene bucodental un hábito y no una obligación. (OMS, 2015). La higiene bucal se traduce en la más importante, menos practicada para los seres humanos, específicamente en los niños, puesto que a la gran mayoría le resulta tedioso cepillarse los dientes después de dilapidar algún alimento.

Argumentando a lo mencionado que la higiene buco-dental regular es necesaria para mantener la integridad de las superficies dentales y para prevenir la gingivitis o inflamación de las encías. Como enuncian (Potter y Perry, 2003) el cepillado debe hacerse después de las comidas y antes de acostarse.

El cepillo dental debe tener un mango recto y las cerdas lo suficientemente pequeñas para que alcancen a todas las áreas de la boca.

Lo mejor es la superficie de cepillado redondeada con las cerdas suaves de nylon dirigidas en varias direcciones. Las cerdas suaves y redondeadas estimulan las encías sin causar sangrado. Por ello, se deben cepillar minuciosamente todas las superficies de los dientes con una pasta dental con flúor.

El empleo del hilo dental retira la placa y el sarro que hay entre los dientes. La higiene buco - dental no debemos descuidarla, permite al individuo comer, hablar y socializarse sin vergüenza, contribuyendo al bienestar general; para ello debemos aplicar la técnica del cepillado de los dientes especialmente, después de las comidas y antes de acostarse.

e) Higiene Familiar

La Higiene familiar se refiere netamente al aseo del lugar en que vivimos, mantener limpias las habitaciones, desinfectar constantemente y trabajar en familia para evitar la propagación de plagas en nuestro hogar, así como la desinfección del agua y el manejo adecuado de la letrina que utilicemos.

La familia es un pilar fundamental en la higiene de las personas, puesto que es el núcleo de aprendizaje de la conducta y saberes culturales.

Desde el aseo personal hasta el aseo de las áreas compartidas, áreas comunes y alimentos de consumo son de suma importancia para llevar a cabo una vida familiar saludable, (OMS, 2015). Cabe resaltar que no tiene mucho que ver la cuestión económica, la higiene es más cultural y social sobre todo educación que viendo desde el seno de la familia en que cada niño se está formando.

f) Higiene en la Escuela

Se elaboró una investigación en la cual explica que la práctica de la higiene personal es una cuestión de responsabilidad individual que se adquiere a través de un proceso de educación, correspondiente a padres y profesores, por ello el autor destaca que es un tema básico en el desarrollo de los programas de la educación para la salud. (Valenzuela, 2010). Para ello, en la escuela se deben dar una serie de condiciones, como son: un medio ambiente adecuado (aire, agua y suelo, etc.), materiales para desarrollar una higiene personal (lavamanos, retrete, papel, toallas, jabón, etc.), un ambiente favorecedor de trabajo (iluminación, ausencia de ruidos, etc.), y una organización adecuada de las actividades escolares.

Enseñar se refiere a la acción de comunicar algún conocimiento, habilidad o experiencia a alguien con el fin de que lo aprenda, empleando para ello un conjunto de métodos, técnicas, en definitiva procedimientos, que se consideran apropiados. (Monereo, Badia y Baixeras, 1999). Como el autor menciona, mediante la enseñanza se logra el verdadero desarrollo de la humanidad, ya que al aprender se pueden establecer actitudes, habilidades y destrezas, además de hábitos que permitan que nos superemos día a día. En especial, en niños que están actos para adquirir conocimientos que les permita un desarrollo saludable.

Por lo tanto, el centro educativo debe reunir las condiciones adecuadas para la prevención y promoción de la salud; es necesario que los docentes asuman comportamientos y hábitos orientados a mejorar las condiciones de higiene personal no solamente de los niños y jóvenes, sino también de los padres de familia y la Comunidad en general con la participación activa y responsable de los diferentes sectores e instituciones que puedan promocionar, a través de diferentes técnicas que puedan ser comprensibles para que los niños puedan entender los hábitos de la higiene personal desde el entorno familiar.

La enseñanza es una función de los docentes que consiste principalmente en crear un clima de confianza y motivación para el aprendizaje y en proveer los medios necesarios para que las alumnas y alumnos desplieguen sus potencialidades (Paz, Moore, y Pérez, 2004). En este sentido, el docente es un mediador afectivo y cognitivo del proceso de aprendizaje, entre esos procesos de aprendizaje está claramente las normas básicas de higiene, que si bien no todos los niños y niñas las prácticas, es deber del docente reforzar o enseñar cuando están en la escuela.

Importancia y necesidad de aplicar la higiene en la escuela.

La higiene en la actividad física de los niños y adolescentes tiene la tarea de proteger, fortalecer la salud y mejorar el desarrollo físico de la generación en crecimiento. Es necesario organizar la forma de vida de los estudiantes, la actividad escolar y el medio ambiente para crear las condiciones más favorables para su normal desarrollo y eliminar las posibles influencias perjudiciales.

La intervención educativa en una investigación realizada señala que el centro educativo es el pilar básico para el desarrollo de estrategias que contribuyen en la prevención y promoción de la salud individual y colectiva y por lo tanto, permite capacitar en salud y también contribuir a la mejora del medio ambiente. (Pérez, 2007). Es así que se establece la importancia y papel fundamental que juega el sistema educativo en la enseñanza sobre hábitos de higiene en niños y niñas en edad escolar, puesto que es en la institución educativa que mediante un proceso de enseñanza-aprendizaje didáctico pueden aprender de forma práctica, sencilla y volver los hábitos de higiene parte de su vida. El Centro Educativo es un espacio privilegiado para la formación y difusión de una cultura de la salud desde sus alumnos hacia la familia y Comunidad.

Como institución representativa de su localidad, es responsable de la construcción de espacios de desarrollos saludables y sostenibles en el tiempo en coordinación con otras instituciones. (Ministerio de Salud, 20013). La escuela tiene un papel fundamental en relación a la educación para la salud, muchos de los hábitos y costumbres que se adquieren en ella, son desarrollados por las personas durante toda su vida. La niñez es la época más peligrosa para la salud, ya que los niños pasan gran parte del día en condiciones especiales y además la aglomeración de niños/as en la escuela implica aún más los cuidados higiénicos.

La higiene personal, tiene por objeto colocar a la persona en las mejores condiciones de salud frente a los riesgos del ambiente y del individuo, lo que es fundamental en la prevención de enfermedades. (Calvo, 1991). Por tanto, la escuela es el principal lugar para llevar a cabo estos hábitos ya que es la única institución que acoge a la mayoría de la población durante las primeras etapas de su vida, edades donde los niños y niñas tienen más facilidad para asimilar los principios de higiene y convertirlos en un hábito casi innato.

El profesor es la base importante dentro de la escuela y es un ejemplo a seguir para los niños y niñas ya que los maestros imparten sus conocimientos y son de gran aporte al ámbito de la Educación por lo tanto el autor menciona lo siguiente:

El profesor es el principal responsable de transmitir e inculcar conciencia social, esto es, entender que la finalidad de la Educación para la Salud no es una mera cuestión de transmisión de conocimientos, sino que se trata de la modificación o afianzamiento de estilos de vida saludables, pero las conductas no se desarrollan y se consolidan sin que exista un entorno que las propicie. Esta disposición a transformar el entorno y hacer lo posible para que el ambiente en el que vivimos sea cada vez más humano, amable y solidario, de manera que las opciones saludables sean más fáciles de llevar a cabo, es una de las notas que señalan el compromiso del profesorado con la sociedad en la que vive (Gavidia, 2009, p.73).

En la escuela que los niños y niñas comprenden, aprenden y asumen responsabilidades con conciencia social, sobre su persona, la familia, la sociedad y el medio ambiente. Sin embargo la educación que se imparte para preservar la salud no se debe trabajar solo en el ámbito escolar, debe ser un proyecto conjunto entre toda la Comunidad Educativa y las familias.

La práctica de la higiene es una cuestión de responsabilidad individual, como mencionan (Potter y Perry, 2003) que se adquiere a través del proceso de educación; y corresponde a padres y maestros/as la labor de inculcar hábitos saludable. Para los adultos adquirir prácticas y hábitos de higiene, puede resultar un tanto complejo, sin embargo son los niños quienes retroalimentan lo aprendido en la escuela, en muchos casos, son los niños quienes enseñan a sus padres.

La adquisición de hábitos de higiene es el primer paso hacia una sociedad más saludable. Es por ello, que la higiene personal consiste en realizar un conjunto de actividades tales como: baño diario, lavado de manos, cepillado de dientes, utilizar ropa limpia, alimentación adecuada, deporte, sueño, estilos de vida saludables, para que conlleven a conservar la salud.

Las instituciones de educación deben reunir las condiciones adecuadas para la prevención y promoción de la salud, para ello, los docentes deberán asumir comportamientos y hábitos orientados a mejorar las condiciones de higiene no solamente de los niños y niñas, sino también incluyendo a los padres de familia y la comunidad en general con la participación activa y responsables de los diferentes sectores e instituciones.

Además la higiene es importante en los niños y niñas ya que a través de ella, muchos niños/as se adaptan e integran socialmente a los diversos grupos de amistad que se comienzan a formar en edades tempranas y donde la educación e interacción física tiene una importancia fundamental.

Además de ello “la higiene se refiere al conjunto de prácticas y comportamientos orientados a mantener unas condiciones de limpieza y aseo que favorezcan la salud de las personas”. (Soto, 2009, p.1). En la escuela es importante el uso y una práctica adecuada de la higiene. A partir de la higiene se previenen enfermedades y adquirimos buenos hábitos de salud.

Higiene relacionada con la práctica de ejercicio físico.

La higiene deportiva significa mantener una serie de hábitos que ayudarán a realizar una mejor y más saludable práctica de ejercicio físico y a minimizar problemas a nivel físico. (Concepción, 2004). Indica que esos hábitos relacionados con el deporte están divididos antes, durante y después de la práctica deportiva y son los siguientes:

- **Antes del ejercicio.**

Antes de realizar ejercicio físico debemos saber si estamos preparados o no, para ello siempre debemos pasar una revisión médica para detectar cualquier anomalía de nuestro cuerpo. Además, es importante realizar un calentamiento previo, suave y progresivo, que acondicione el organismo y nos ayude a evitar posibles lesiones.

- **Durante el ejercicio.**

Primero se debe utilizar un material y vestimenta adecuados a la actividad que se esté realizando, le da mucha importancia a la utilización de una vestimenta adecuada, la ropa debe usarse holgada que no dificulte la circulación de la sangre, el material utilizado debe ser de fibras naturales, para evitar las alergias, sarpullidos y erupciones. (Concepción, 2004). Se recomienda también, usar pantalón corto que fortalece las piernas y permite un contacto con el aire y el sol, incluido el invierno y evitar que el traje se seque en el cuerpo. Es importante realizar el ejercicio con una intensidad adecuada al nivel de nuestra condición física, destacando la importancia de la hidratación durante el esfuerzo.

- **Después del ejercicio.**

Es un tiempo de actividad física muy suave pero muy importante debemos pasear, realizar una carrera muy tranquila, y realizar unos buenos estiramientos.

Ducharse después de la actividad física. Ello mejora la recuperación, además de ser fundamental para una correcta higiene corporal.

Una vez acabado el ejercicio, llevar a cabo una correcta hidratación (bebiendo pequeñas, pero frecuentes cantidades de agua). Influirá decisivamente en la recuperación del organismo.

3.3.1. Teorías Sobre la Salud

Estas teorías constituyen un aporte para la presente investigación, considerando que la interacción inadecuada del hombre con su entorno genera desequilibrio en la salud; siendo el propósito la prevención de las enfermedades y la promoción de la salud.

Modelo de Promoción de la Salud

La promoción de la salud es considerada una base fundamental en la prevención de enfermedades en la población, explica el Modelo de Promoción en salud como un modelo que trata sobre la capacidad para explicar las relaciones entre los factores que se cree influyen en las modificaciones de la conducta sanitaria (Cisneros, 2005). Este modelo según el autor se sustenta en los reportes de la acción dirigida a los resultados de salud positivos, como el bienestar óptimo, el cumplimiento personal y la vida productiva.

Este modelo es un intento de ilustrar la naturaleza multifacética de las personas que interactúan con el entorno, intentando alcanzar un estado de salud. (Marriner y Raile, 2007). La promoción de la salud para el Trabajo Social es considerada como una de las funciones más importantes que realizan los profesionales que trabajan en el área ya que en ella conlleva brindar información a la población sobre las medidas preventivas para cuidar de su salud, entre las cuales se puede destacar la alimentación, la actividad física, las condiciones de salubridad en la vivienda y los hábitos de higiene.

Teoría de Florence Nightingale: Modelo del Entorno

Es importante destacar algunas teorías y modelos del entorno que nos da a conocer el autor. Una reflexión acerca de la Teoría de Florence y mencionan que el Modelo considera al entorno como aquellos elementos externos que afectan a la salud de las personas sanas y enfermas e incluyen desde la comida y las flores del paciente hasta las interacciones verbales y no verbales con el paciente.

La higiene, como concepto es otro elemento esencial de la teoría del entorno de Nightingale. Con respecto a este concepto, se refirió específicamente al paciente, a la enfermera y al entorno físico. (Marriner y Raile, 2007) .Los hábitos de higiene es todo los que nos rodea por ellos es importante mantener un adecuado aseo tanto por fuera y por dentro del hogar.

Los analistas mencionan que un entorno sucio es una fuente de infecciones por la materia orgánica que contiene.

Incluso si el entorno estaba bien ventilado, la presencia de material orgánico crea un ambiente de suciedad; por tanto, se requería una manipulación y una eliminación adecuada de las excreciones corporales y de las aguas residuales para evitar la contaminación del entorno. También exigía que las enfermeras se bañaran cada día, que su ropa estuviera limpia y que se lavaran las manos con frecuencia (Marriner y Raile, 2007, p.33).

La teoría del Modelo de Entorno nos da a conocer que desde la infancia, el entorno que nos envuelve tanto en el hogar, en la educación, en la calle y hasta en el centro de salud al que asistimos es nuestro referente de higiene.

Si todo se encuentra desordenado, sucio, carente de limpieza y en pocas palabras sin higiene, creceremos con la mentalidad de que debe ser así y lo veremos con naturalidad sin importar las consecuencias, en este caso las consecuencias más importantes repercuten negativamente en la salud.

Para ello es muy importante, mantener su entorno donde viven muy adecuado, cómodo y limpio, para que se sienta un ambiente apropiado, para toda la familia en especial si hay niños menores de edad.

Teoría de Marilyn Anne Ray: Factores educativos

Las personas construyen su realidad de salud y relación con la biología, patrones mentales, características de su imagen del cuerpo, la mente y el alma, las estructuras familiares, las estructuras de la sociedad y de la comunidad (políticas, económicas, legales y tecnológicas), y las experiencias de cuidado que dan significado a las maneras complejas de vida. (Marriner y Raile, 2007) sostienen la importancia de los programas educativos formales e informales, la utilización de medios audiovisuales para transmitir información y otras formas de docencia y transmisión de la información son ejemplos de los factores educativos que se relacionan con el significado del cuidado. También, refiere que la salud es un patrón de significado para las personas, las familias y las comunidades.

Intervención de Trabajo Social en la promoción de la salud

Trabajo social hace énfasis en varias disciplinas e interviene en varios aspectos sociales dentro de su rama como menciona el autor. (Lalonde, 1972). La Intervención del Trabajo Social generalmente se da dentro de equipos interdisciplinarios, en acciones de salud definidas, por ello menciona que el Trabajo Social interviene especialmente dentro de los “programas de Promoción de salud”, los mismos tienen como ejes principales planificación familiar, parto y el control del niño sano, asistencia alimentaria, vacunación, entre otras.

La intervención del Trabajo Social en este campo se lleva adelante a través de entrevistas, trabajos grupales, sesiones informativas, talleres, ferias y se singulariza en el trabajo comunitario.

Las principales funciones que desempeñan los trabajadores sociales en el área de promoción social se pueden entender como acciones que a largo plazo garantizan resultados satisfactorios, entre ellos está la promoción de hábitos de higiene en niños y niñas en edad escolar.

El profesional en Trabajo Social participa en el equipo de educación sanitaria y salud pública, dentro del programa de atención primaria, donde se desarrolla una función básicamente preventiva con la participación de la comunidad en problemáticas como; Maternidad Adolescente, Infección por HIV, Tuberculosis, Promoción de Salud, Promoción Comunitaria, Integración Social en Salud, Gestión Informativa, Promoción Preventiva en Salud, Articulación Interinstitucional en Defensa de los Derechos Humanos (Hernández, 2004, p.30).

La intervención de Trabajo Social en programas o proyectos de salud pública mediante la escuela y el sistema de enseñanza aprendizaje es considerado como uno de los métodos más efectivos ya que se logran las metas propuestas.

Cuando de niños y niñas se trata, la adquisición de conocimientos y la construcción de experiencias será más fructuoso.

CAPÍTULO IV

DIAGNÓSTICO

El diagnóstico de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo ubicado en el Municipio Porvenir, fue realizado mediante la utilización de las herramientas diseñadas acordes con el objetivo de estudio y con el aporte de docentes y estudiantes de dicha institución se logró obtener los resultados que se presentan a continuación.

4.1. Resultado del Diagnóstico

En la Unidad Educativa se realizaron 29 encuestas a los estudiantes y se entrevistó a los docentes de la institución, con la finalidad de recabar datos acerca de los hábitos de higiene personal en los niños y niñas que van a la escuela, los resultados son los siguientes:

a) Higiene del Cabello

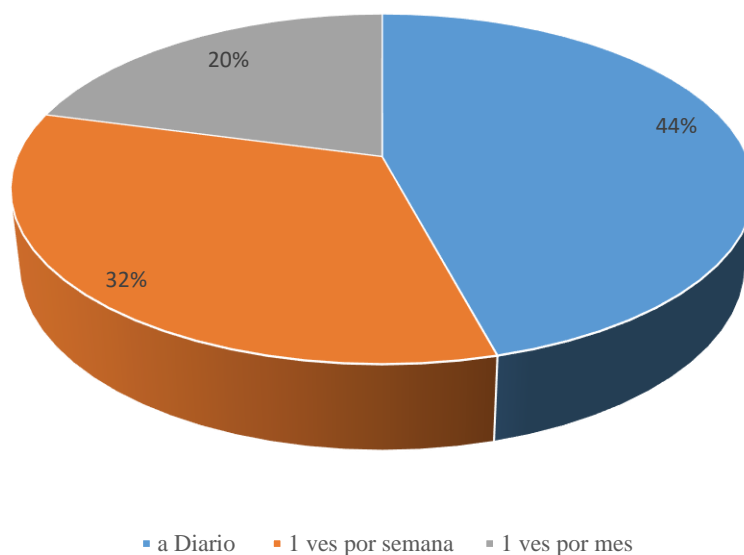


Figura: 1 Frecuencia de lavado de Cabello

Fuente: Elaboración Propia

Se les consulto a los estudiantes con que frecuencias se lavan el cabello a lo cual el 44% responde que se lavan una vez al día, un 32% menciono que se lavan una vez por semana y un restante menciono lavarse una vez. Los datos que proporcionaron los estudiantes son preocupantes ya que el medio en el que viven es cálido y húmedo lo cual es aliciente de tener un aseo del cabello adecuado para evitar piojos y enfermedades en el cuero cabelludo, por lo que se puede entender que los estudiantes no tienen la información necesaria en cuanto a la higiene del cabello.

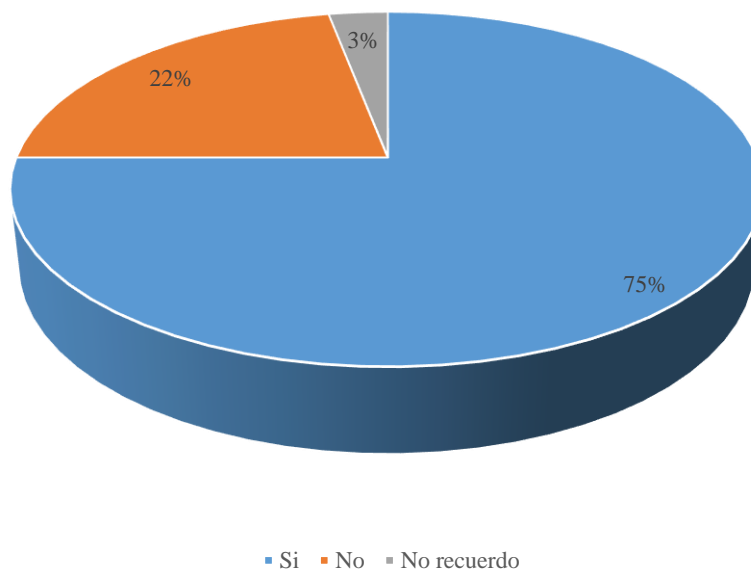


Figura: 2 Presencia de Piojos

Fuente: Elaboración Propia

Al consultar a los estudiantes sobre la higiene del cabello, se puede evidenciar que carecen de información sobre la higiene del cabello y han recibido poca instrucción tanto en el hogar y en la escuela sobre mantener aseado sus cabellos. Al consultarles a los estudiantes si tenían piojos o tuvieron el 75% menciono que si tienen piojos y solo 22% menciono no tener piojos.

Esta situación es alarmante pues denota falta de higiene en los niños y niñas, puesto que pese a que los piojos son parásitos comunes en el área rural del oriente y en lugares húmedos, es una de las principales evidencias en que exista carencia de aseo y cuidado del cabello pueden ocasionar infecciones dermatológicas en el cuero cabelludo y bastantes molestias debido a la picazón que ocasionan.

b) Higiene en los ojos

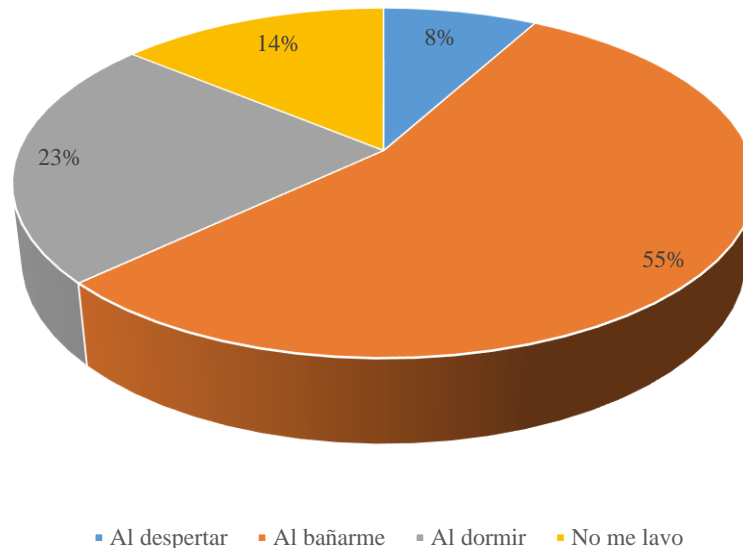


Figura: 3 Lavado de ojos

Fuente: Elaboración Propia

Es importante conocer si los estudiantes realizan un aseo adecuado de sus ojos puesto que están expuestos a una serie de infecciones en la vista por el polvo, los insectos y la secreción ocular.

Al consultarles en que momento realizan el aseo de los ojos el 55% menciona realizarlo al bañarse, un 23% menciona realizar esta acción antes de dormir, 14% no se lavan los ojos y un escaso 8% mencionó lavarse los ojos al despertar, lo cual indica que no tienen el hábito de asearse correctamente la vista y proteger sus ojos de infecciones y enfermedades oculares.

Un dato importante proporcionado por el docente de la unidad educativa es que a la mayoría de los estudiantes les da conjuntivitis por lo menos una vez al año.

La conjuntivitis es una infección bacteriana que se sitúa en los conductos lagrimales e inflaman el globo ocular causan en el peor de los casos ceguera séptica, esto debido a la falta de cuidados al frotar los ojos con las manos sucias ya que contienen un sinnúmero de bacteria que ocasionan enfermedades celíaca, en especial en los niños.

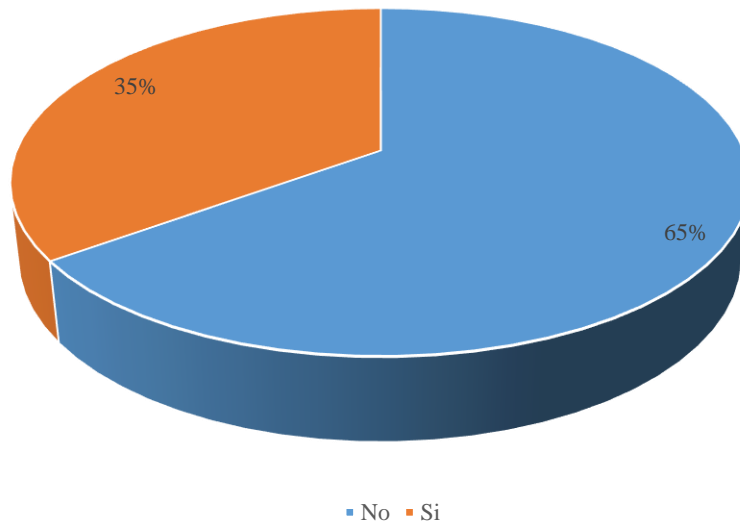


Figura 4: Cuidado de los ojos al leer

Fuente: Elaboración Propia

El 65% de los estudiantes mencionó no cuidar sus ojos al leer ya que no utilizan una luz adecuada, además según mencionaron, algunos leen de cerca lo que refiere puedan tener problemas de la vista, un 45% indico ser cuidadosos con sus ojos al leer. Además de ello, se observó al momento de encuestar a los estudiantes, que muchos de ellos no limpian bien sus ojos antes de ir a la escuela.

c) Higiene de la Nariz y Oídos

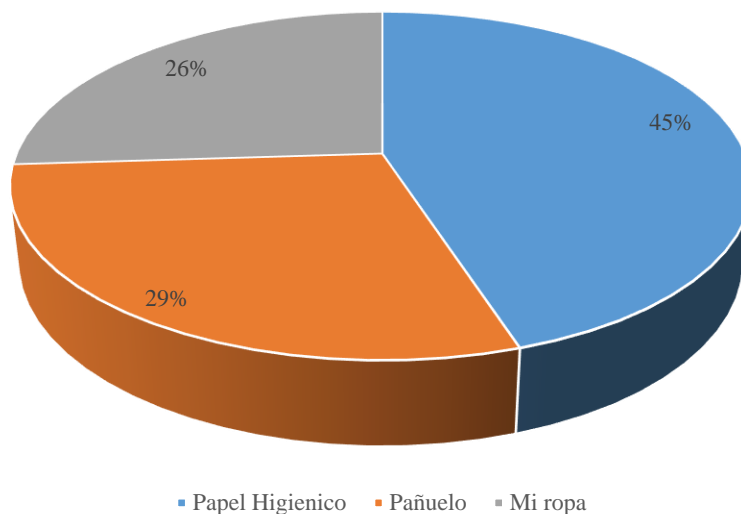


Figura 5: Material para la limpieza de la nariz

Fuente: Elaboración Propia

Al consultar a los estudiantes con que limpian su nariz cuando escurre materia mucosa el 45% menciono utilizar papel higiénico, 29% menciono utilizar pañuelo y un restante 26% mencionaron realizar la limpieza de la nariz con la ropa que visten.

Estos datos demuestran que los estudiantes no tienen el hábito de higiene en cuanto a la nariz, lo cual genera una serie de enfermedades respiratorias, por lo que es muy importante que adopten la práctica de limpiarse correctamente la nariz para cuidar su salud y estar aseados.

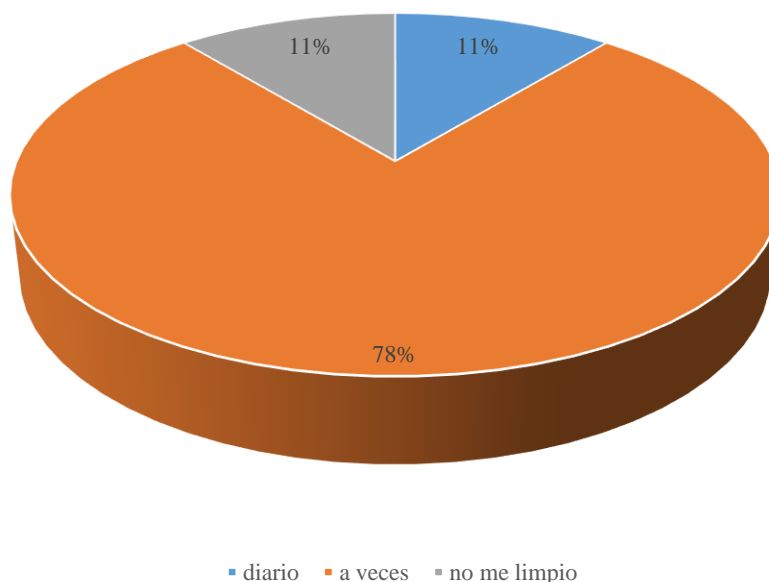


Figura 6: Frecuencia para la limpieza de los oídos y orejas

Fuente: Elaboración Propia

Los oídos generalmente son la parte que menos asean y limpian los niños y niñas, siendo los padres quienes deberían enseñarles a realizar esta acción hasta la edad en la que ellos aparte de adquirir el hábito lo practiquen con cuidado.

Al consultarles a los niños y niñas con qué frecuencia realizan la limpieza de sus oídos y orejas el 78% indicó que a veces realizan la limpieza de los oídos mientras que un 11% menciona que cumple esta acción a diario y otro 11% honestamente expresó que no se limpian los oídos, por temor a ocasionarse problemas auditivos.

Los datos denotan que la falta de higiene en los oídos está presente en la vida de los niños y niñas encuestados, lo cual puede perjudicar un desarrollo auditivo adecuado y ocasionar una serie de enfermedades del oído.

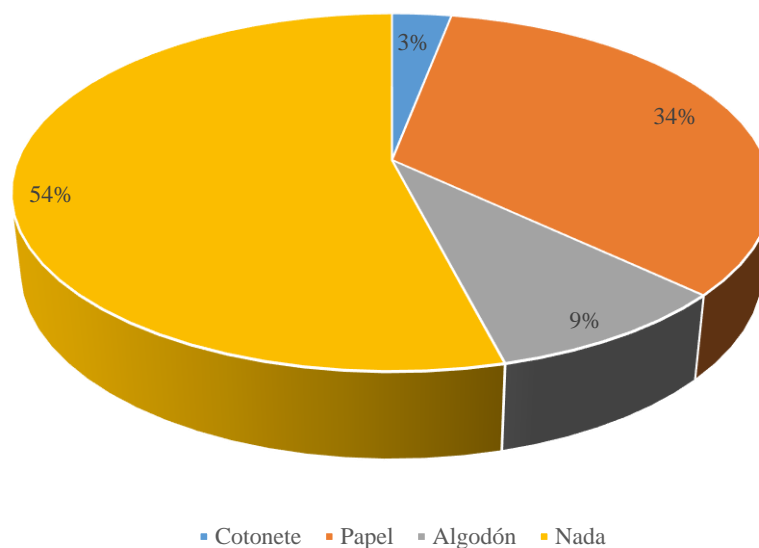


Figura 7: Material para limpiar los Oídos

Fuente: Elaboración Propia

Los datos que se expresan en el figura 7 denotan que los niños y niñas encuestados no tienen la información necesaria sobre la limpieza de sus oídos.

Esto puede deberse a la carencia de esta práctica en los progenitores, ya que son los encargados de brindar esta información a sus hijos.

Sin embargo al responder el 54% no utilizar nada para limpiar sus oídos se puede evidenciar que no realizan ni realizaron alguna vez esta acción.

Es evidente la carencia de información en los estudiantes respecto al cuidado e higiene de los oídos lo cual repercute negativamente tanto en su salud como en su desempeño escolar al momento de escuchar al maestro cuando explica su lección.

d) Higiene Bucodental

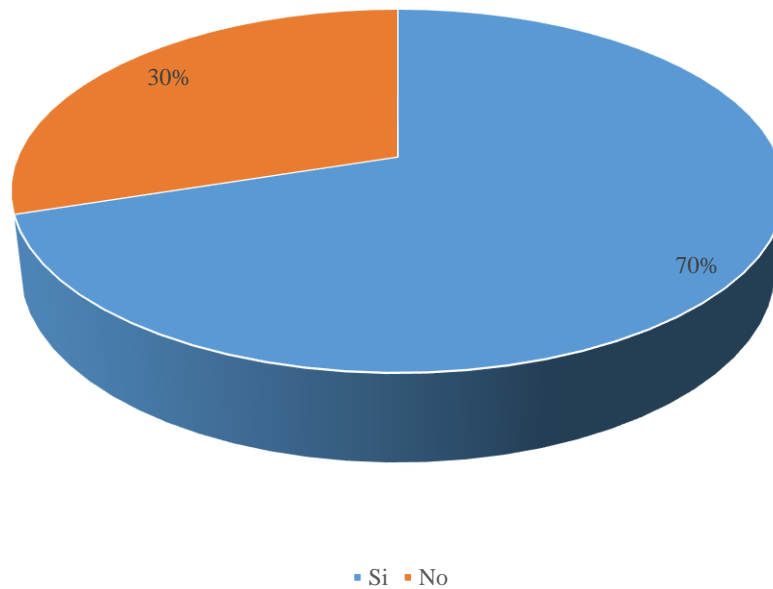


Figura 8: Utilización del cepillo dental

Fuente: Elaboración Propia

Una de las prácticas de higiene más importantes es el aseo bucodental puesto que las caries son focos de bacterias e infección que nos acompañan si no realizamos a diario y después de cada ingesta de alimentos el cepillado adecuado de los dientes para evitarlas y mantener los dientes sanos y la boca aseada debidamente.

Al consultarles a los estudiantes si utilizan cepillo de dientes para asearse la boca un 70% mencionaron que si utilizan por ser muy importante en la limpieza bucal, ya que en la escuela en vez en cuando realizan campaña de salud y le regalan cepillo con su colino.

Y un 30% no utiliza este importante instrumento de limpieza, ya que sus madres no le exigen mucho, se levantan por la mañana, y se van al colegio sin cepillarse, así también se pudo observar la falta de higiene bucal en los estudiantes por la presencia de caries visibles en sus dientes y muelas.

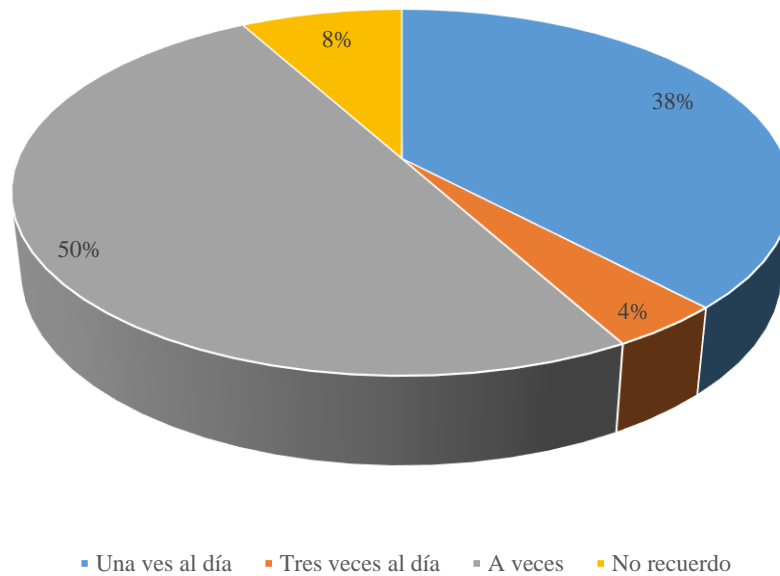


Figura 9: Frecuencia en el lavado de dientes.

Fuente: Elaboración Propia

El 50% de los estudiantes mencionan que se cepillan sus dientes a veces, un 38% mencionó, cepillarse una vez por día, 8% no recordaban con qué frecuencia se cepillaban y un 4% menciono cepillarse tres veces al día que es lo ideal.

Es evidente que la higiene bucodental es otra práctica de higiene que los estudiantes no tienen en su saber puesto que no lo practican, lo que indican que en el hogar no les enseñaron a realizar el aseo de sus dientes de forma adecuada y además de ello los docentes de la unidad educativa no los incentivan a realizar esta práctica.

La higiene bucodental es de las más promocionadas a nivel mundial y según la (OMS, 2015) se considera que un aseo adecuado de la boca de forma permanente y al menos tres veces al día evitara las caries y otro tipo de enfermedades tanto intestinales como bacterianas que son ocasionadas por no cepillarse los dientes y lavarse la boca.

Por lo que se puede apreciar en los figura 8 y 9 que los estudiantes no realizan una limpieza adecuada de sus dientes y boca, además de haber observado que una parte de los encuestados tiene caries visibles por la falta de esta práctica. Cabe destacar que en la comunidad no existe un centro o posta de salud y los comunarios asisten al centro de salud de Villa Rojas solo en casos de emergencia, no siendo la salud dental una emergencia para ellos.

e) Higiene del cuerpo

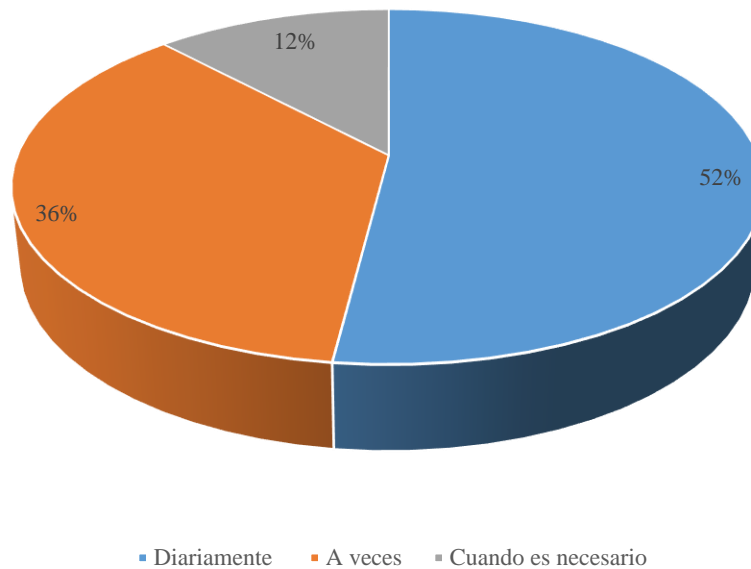


Figura 10: Frecuencia del baño de cuerpo completo

Fuente: Elaboración Propia

El 52 % de los niños y niñas encuestado mencionaron bañarse a diario, ya que las madres los mandan 36 % de los niños mencionan que a veces se bañan y un 12 % solo se bañan cuando es necesario.

El baño diario aparte de permitir una sensación de frescura y limpieza es la práctica que permite proteger al cuerpo sobre todo a la piel de una serie de enfermedades, infecciones y hongos a los que se expone nuestra piel diariamente, además de combatir las bacterias, enfermedades virales y activar el organismo para poder desempeñar mejor las funciones diarias.

Los comunarios de Cachuelita bajo obtienen agua en el arroyo de la comunidad, cuya agua es limpia. La mayoría van hasta el arroyo Negro (como lo denominaron) y se bañan ahí mismo mientras lavan sus utensilios de cocina y ropas del día en algunos casos.

En las encuestas aplicadas se pudo evidenciar que los estudiantes toman baños diarios y cuando es necesario en la mayoría de las veces sin embargo, la mayoría no utiliza champú o jaboncillo, siendo que con el mismo jabón que lavan ropa también se asean el cuerpo.

Otro dato que es importante es la poca utilización de desodorante. Bien sabemos que el desodorante evita la aparición del hongo axilar el cual causa mal olor y por tanto es algo que dificulta la interacción social. Sin embargo al no utilizar desodorante los estudiantes tienen a desprender mal olor, lo cual con el calor, el sudor y el polvo puede empeorar. Estos hábitos además de los ya mencionados, son adquiridos en el seno familiar y reforzados en el seno educativo, son los padres y docentes los encargados de impartir los hábitos de higiene además de los cuidados complementarios del aseo como es la utilización de desodorante, talco de pies, entre otros.

f) Higiene de la manos

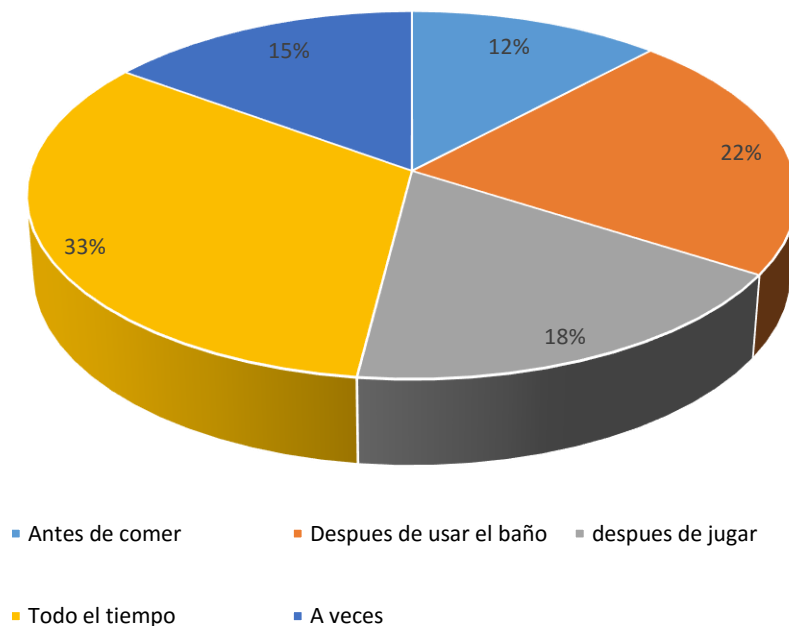


Figura 11: Frecuencia de Lavado de Manos

Fuente: Elaboración Propia

A nivel mundial como estima la (OMS, 2015) el lavado de manos es una de las estrategias más efectivas para preservar las enfermedades virales y bacterianas, puesto que está comprobado científicamente que la mayoría de las bacterias viajan en las manos y a la vez son encargadas de tocar boca, ojos, nariz entre otros que son los canales por donde las bacterias ingresan al cuerpo y provocan enfermedades de todo tipo.

En la consulta sobre el lavado de manos y en qué momento del día realizan esta acción el 33% indicaron que realizaban esta acción todo el tiempo, el 22% se lava las manos después de utilizar el sanitario, un 18% mencionó realizar esta acción después de jugar en el colegio, un 15% menciona lavarse las manos a veces y solo un 12% mencionan lavarse las manos antes de comer.

Cabe destacar que los niños y niñas de la Unidad Educativa Cachuelita bajo recibieron en anteriores gestiones capacitaciones sobre el lavado de las manos, acción que hasta la fecha repercute en su día a día, sin embargo es la única práctica que la mayoría de los estudiantes realizan.

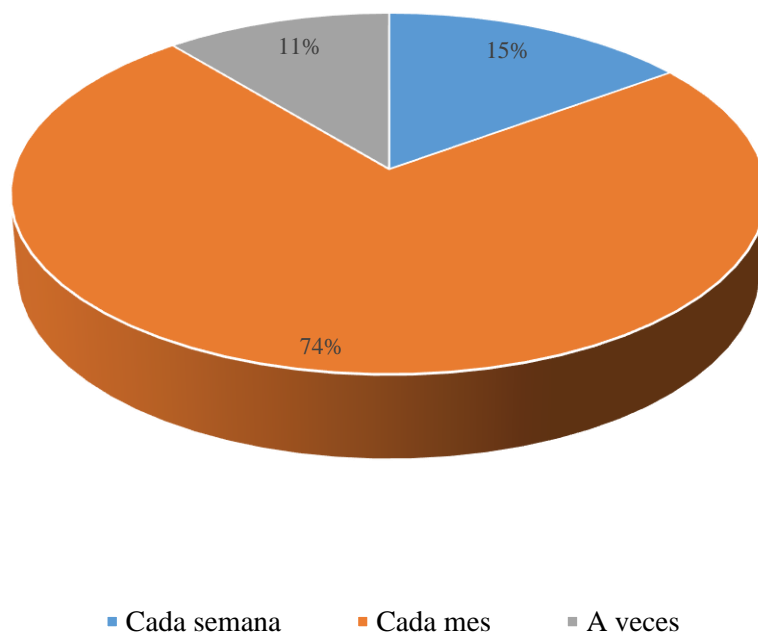


Figura 12: Recorte de uñas

Fuente: Elaboración Propia

Algo muy importante aparte del lavado de manos, es el recorte adecuado y oportuno de las uñas, puesto que en ellas se transportan las bacterias al almacenar tierra o mugre. En vista que los niños y niñas suelen jugar todo el tiempo y están en constante contacto con el suelo es necesario que realicen el corte de las uñas al menos una vez por semana, sin embargo los datos demuestran que solo un pequeño 15% realizan semanalmente esta práctica y un 74% realizan esta práctica una vez al mes.

Es importante destacar que no sirve de mucho lavarse las manos adecuadamente si las uñas se mantienen largas y sucias, lo que generalmente pasa en los niños y niñas que no practican ese hábito de higiene.

g) Higiene en la vestimenta

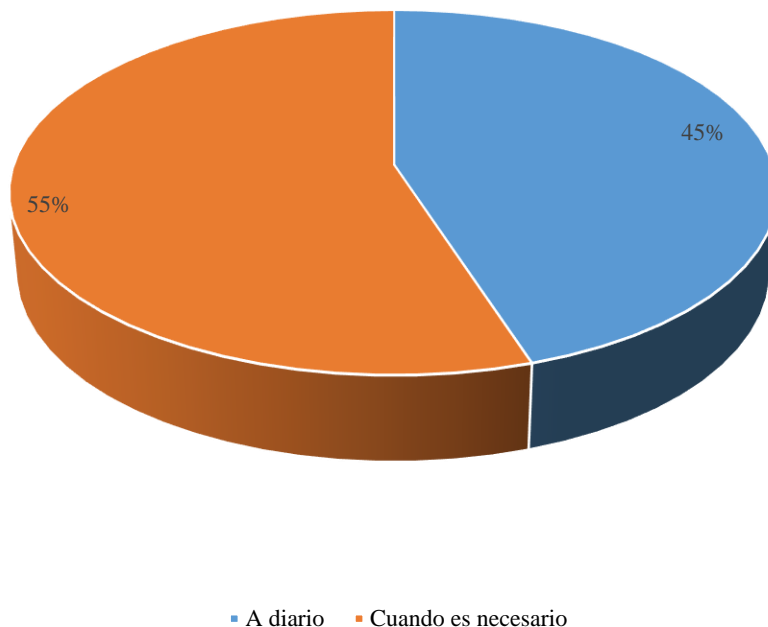


Figura 13: Frecuencia con la que cambian su vestimenta
Fuente: Elaboración Propia

Es importante destacar que el uso de ropa limpia es otra estrategia fundamental para evitar las enfermedades que la ropa sucia y usada en muchas ocasiones ocasiona, es por eso que es preocupante que un 55% de los encuestados expresaron que se cambian de ropa cuando consideran necesario, lo que puede interpretarse de forma negativa o positiva, en este caso se puede demostrar negativamente ya que la mayoría de las familias al no contar con una economía que les permita tener ropa para cambiarse a diario lo que hacen es ponerse la misma ropa durante varios días.

Un 45% de las familias sin embargo cambia su ropa a diario, porque eso lo tienen como un hábito en la familia ya que la mayoría de los estudiantes tienen que cambiarse para ir a sus clases.

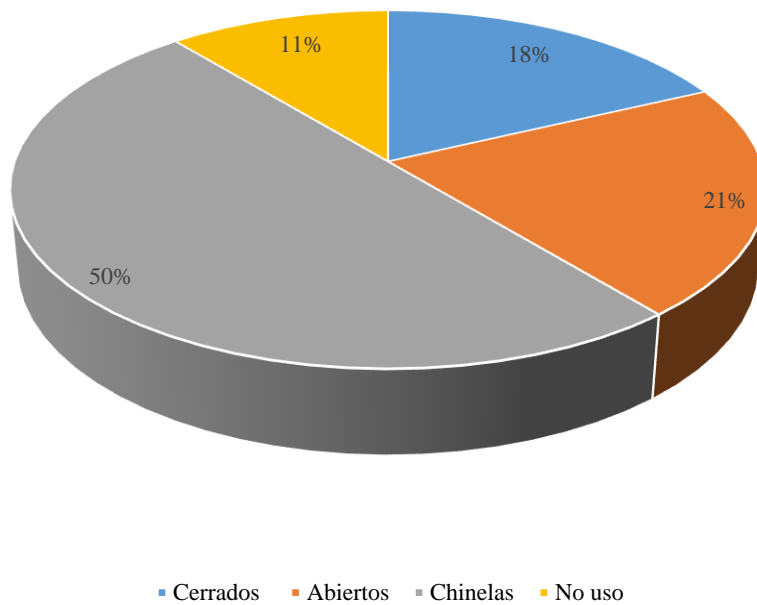


Figura 14: Calzados que usan

Fuente: Elaboración Propia

En el área rural, generalmente las familias no cuentan con mucha vestimenta, teniendo muchas veces que ponerse la misma ropa durante varios días, además de que muy pocos utilizan zapatos, siendo las chinelas el principal calzado para poder caminar e ir a la escuela como se hace referencia en él.

El 50% mencionó calzar chinelas a diario, un 21% utiliza calzados abiertos, 18% utiliza calzados cerrados y un 11% indicaron que no usan calzados, lo que se evidenció mediante la observación realizada. El uso de calzados adecuados al clima, al terreno, al lugar y al momento es parte de cada cultura.

El calzado es la parte de la indumentaria utilizada para proteger los pies, el cual es muy necesario para los niños por una variedad de motivos, incluyendo la protección del pie, la higiene o el simple adorno.

h) Higiene en el hogar

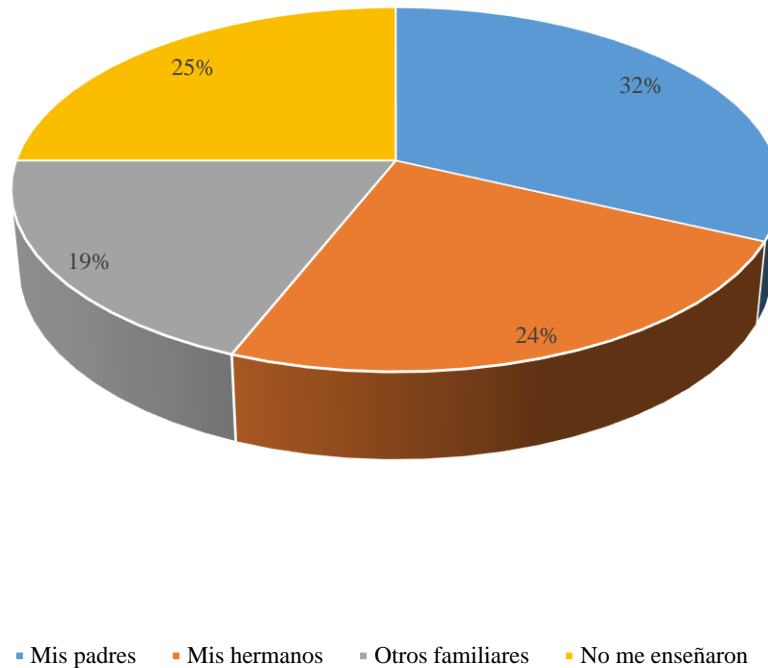


Figura 15: Fuente de Información recibida en el hogar sobre la Higiene

Fuente: Elaboración Propia

Al consultarles a los estudiantes sobre quien o quienes les hablaron de higiene ellos mencionan en 32% que quienes les indicaron que son los hábitos de higiene, un 25% mencionan que nadie les enseñó aún sobre hábitos de higiene, mientras que un 24% mencionó que sus hermanos mayores les enseñaron y un 19% que fueron otros familiares quienes enseñaron sobre algunos hábitos de higiene.

En esta parte de la consulta a los estudiantes se percibió y observó mucha duda, en el momento de consultarles. Es importante considerar para el diseño del proyecto el involucramiento de los padres, madres y comunidad en general puesto que es una tarea conjunta educar y brindar información, en este caso, sobre los hábitos de higiene que los niños y niñas deben realizar a diario, de esta manera cuidar su salud y permitirles un desarrollo íntegro dentro de un entorno saludable.

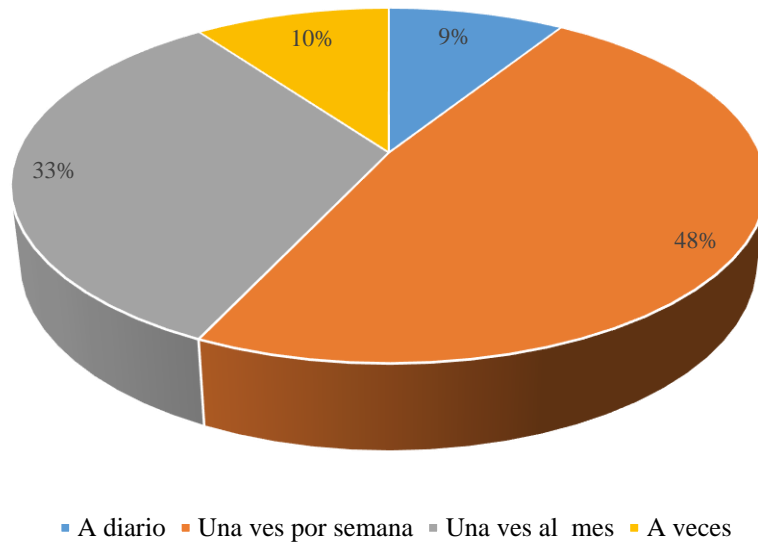


Figura 16: Frecuencia de la Limpieza en el hogar

Fuente: Elaboración Propia

La familia es la base fundamental de los conocimientos básicos para subsistir, si estos conocimientos se imparten de una forma adecuada, acompañaran en el transcurso de la vida hasta su culminación. Los hábitos de higienes se adquieren desde los primeros años de infancia y son los padres o familiares de crianza quienes tienen esta delicada e importante tarea.

Pero si el entorno familia carece de estos conocimientos o estos hábitos, es en el núcleo educativo en donde deben ser reforzados. Los hábitos de higiene trascienden de generación a generación siempre y cuando sean impartidos con el valor agregado que deben tener.

Mucho depende de la cultura de cada lugar para poder exigir a los progenitores que inculquen hábitos de higiene en sus hijos, en algunas culturas lo ven algo innecesario, en otras puede que no le den la importancia necesaria, como menciona (Aniorte, 2018) el tema cultural ante la falta de higiene y las pautas de conducta de algunos grupos ante esta situación, se puede entender como un conjunto de creencias, valores, normas, ideas y conductas de los grupos sociales, designándose además como cultura de la pobreza (los pobres tienen preferencia por conductas no saludables, estilos de vida insanos).

Desde las ciencias de las conductas se ha considerado que el comportamiento individual y los estilos de vida personales elegidos libremente constituyen una de las principales determinantes de la salud, y de las diferencias entre los individuos y entre los grupos integrantes de la sociedad. Es por ello que se asocia mucho la falta de higiene con la cultura y las costumbres de cada persona, grupo y sociedad.

i) Higiene en la Escuela

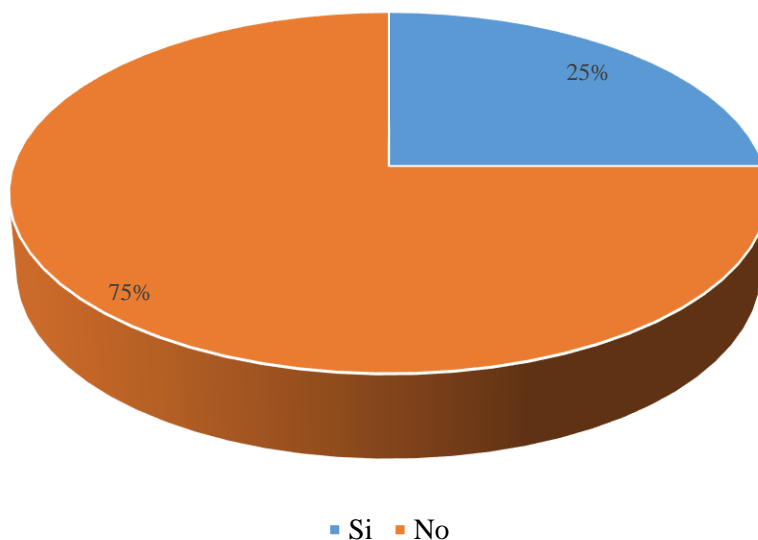


Figura 17: Actividades de limpieza en la Escuela

Fuente: Elaboración Propia

Se les consultó a los niños y niñas de la unidad educativa Cachuelita bajo si en su escuela se realizaban actividades de limpieza continuamente a lo que un 75% mencionó que estas actividad no se realizaban y un 25% mencionó que se si realizan actividades continuas.

Si bien el tema de higiene debe venir inculcado desde la casa, en la escuela se debe reforzar estas prácticas alentando día a día a los estudiantes en el orden, disciplina e higiene que deben practicar y adquirir como un hábito en su vida. Sin embargo en todos los entornos se percibe ese deslinde tanto de la familia como de la escuela y mientras tanto los niños y niñas crecen sin desarrollar buenos hábitos ni precautelar su integridad.

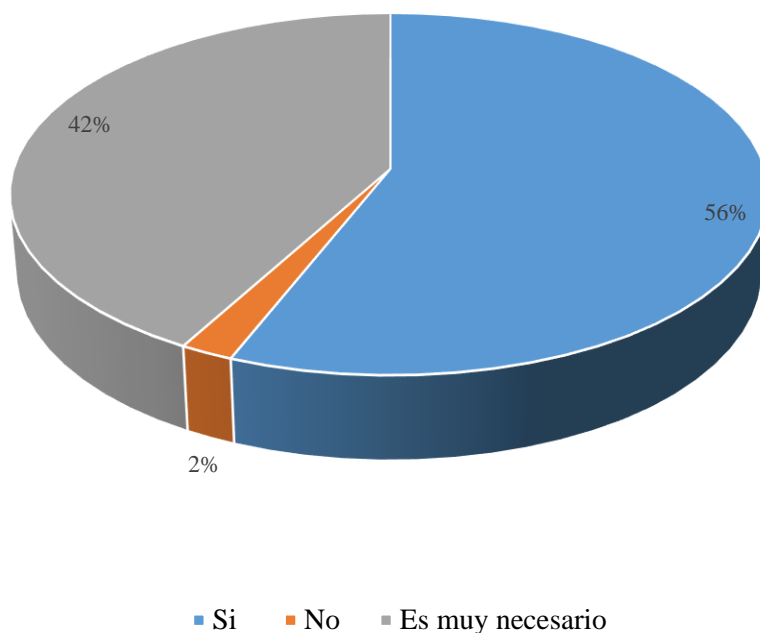


Figura 18: El Rincón del Aseo.

Fuente: Elaboración Propia

Una estrategia adoptada en diversos lugares de América Latina incluida Bolivia dentro de instituciones de educación en el área rural, es el rincón del aseo, una guía diseñada por UNICEF (2017) titulada el rincón del aseo con miss Mily, que detalla cómo es la educadora o educador quien incentiva a sus estudiantes en tener un rincón del aseo dentro del aula además seguir las normas de higiene y hacer de ellos hábitos diarios en sus estudiantes.

Imitando ese modelo es que se pretende incluir en la propuesta del proyecto que se cree un rincón del aseo en cada aula de la unidad educativa para promover los hábitos de higiene personal de los niños además de los hábitos de higiene y limpieza de la escuela.

Se les consultó a los estudiantes si consideran importante que en su aula exista el rincón del aseo en el cual estén sus toallas, jabón, agua y otros utensilios importantes para poderse mantener aseados en su permanencia en la unidad educativa a lo cual el 98 % respondió que sí es muy necesario, por lo cual se planteara dentro del proyecto incluir un lugar de aseo dentro del aula.

Además de los datos recabados con los estudiantes, se aplicaron entrevistas a los dos maestros como al Director de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo en donde se pudo recabar la información que se detalla a continuación:

Al consultarles a los docentes si han recibido capacitación sobre temas de higiene, tanto los maestros como el director mencionaron que en varias oportunidades esta información ha sido brindada desde diferentes instituciones como el Centro de Salud de Villa Rojas, la Universidad y también el SEDES Pando, por lo que ellos debería contar la información necesaria.

Sin embargo al consultarles sobre su concepto de lo que son hábitos de Higiene, mencionaron: “Son diferentes costumbres que tenemos referente a la higiene personal, que se practica en la escuela y la familia” (Belisario Flores, comunicación personal, 26 de abril. 2019).

Son los actos de mantener limpio el cuerpo y que cada uno lo práctica diariamente (Klaus Mercado, comunicación personal, 26 de abril. 2019). Son condiciones personales de cada uno, aunque los estudiantes necesitan involucrarse más para poder mejorar su aspecto y asistir a clases en buenas condiciones (Gleisy Kojarata, comunicación personal, 26 de abril. 2019).

Se puede apreciar en las respuestas de los maestros que ellos no manejan un concepto adecuado de los hábitos de higiene, mencionando que higiene se iguala a limpieza, lo cual es confundido en muchos aspectos pero no es lo mismo.

Siendo ellos los encargados de reforzar los conocimientos adquiridos en casa o por experiencia deben manejar la información adecuada sobre hábitos de higiene por lo tanto se contemplara en el proyecto incluir en la capacitación de la Guía de Hábitos de Higiene a los maestros y de esta manera lograr un involucramiento conjunto.

Seguidamente se les consultó a los maestros si aplican o imparten conocimientos sobre hábitos de higiene en el aula a lo cual mencionaron seguir con el plan de estudios en donde se toma la higiene como una situación transversal al proceso enseñanza aprendizaje.

Al consultarles a los maestros de qué forma incentivan a los estudiantes a tener hábitos de higiene, mencionaron haber hecho actividades y trabajado con las instituciones que llegaron hasta la unidad educativa, sin embargo no pudieron detallar las actividades.

A ello se le suma que no realizan un cuidado del medio ambiente, la unidad educativa cuenta con un solo sanitario para niños y niñas, el agua está en un tanque al lado del sanitario y el aspecto de las aulas en las oportunidades de visita estaba contaminado con basura. Por lo que se puede concluir que los estudiantes no practican hábitos de higiene en la escuela y los maestros no incentivan estas prácticas.

Se les consultó también si han notado a estudiantes con falta de hábitos de higiene personal a los cual los maestros respondieron: Puedo decir que el 50% de estudiantes no tienen buenos hábitos de higiene ya que vienen sucios y algunos hasta con mal olor (Belisario Flores, comunicación personal, 26 de abril. 2019).

Los estudiantes vienen sin bañarse y algunos hasta vienen descalzos, pero es culpa de sus padres no de ellos, los padres son quienes no ven la higiene de sus hijos (Klaus Mercado, comunicación personal, 26 de abril. 2019). Hay niños que vienen sucios desde su casa, la ropa sucia, las manos también y lamentablemente en la escuela no contamos con los utensilios para que se asean (Gleisy Kojarata, comunicación personal, 26 de abril. 2019).

Relacionado con la consulta anterior, se les pidió que recordasen si algún estudiante se ha enfermado por diarrea en esta gestión a lo cual respondieron de forma general, que las enfermedades diarreicas están constantemente presentes en uno u otro estudiante a veces según mencionaron, es una epidemia y hay temporadas en las que se enferman casi todos. Según ellos se debe a que toman agua sin hervir y comen alimentos sin lavarse las manos.

En cuanto a la información brindada a los padres, madres o tutores de familia cuando algún estudiante presente descuidó en su higiene personal, tanto el director como los maestros mencionaron que los tutores de los estudiantes no se hacen presentes por más que se los llame mediante los estudiantes, según mencionan, no pasan de 3 madres de familia que están constantemente presentes en la unidad educativa, pero los demás no vienen ni aunque se les convoque.

Cabe resaltar que tanto el Director como los maestros entrevistados mencionan que es de mucha importancia capacitar no solo a los estudiantes sino también a los padres y madres de familia para que no practiquen estos hábitos solo en la escuela, sino también en el hogar y a la vez los padres también asuman estos hábitos puesto que son el modelo a seguir de sus hijos.

De esta manera se realizó la aplicación de instrumentos tanto a estudiantes como a los maestros y director de la unidad educativa Cachuelita bajo.

4.2. Selección, Jerarquización y Priorización de Necesidades

Una vez analizados los resultados y emitidas las respuestas tanto de los 29 estudiantes niños y niñas y los dos docentes de la unidad educativa Cachuelita bajo se evidencia que entre las principales necesidades están:

- Carencia en la práctica de hábitos de higiene en los estudiantes: esta problemática se la identificó al aplicar las encuestas, entrevistas y también observando cómo se desarrollan las clases en las condiciones insalubres de la escuela.
- Se observó además que la higiene del sanitario carece bastante limpieza y condiciones salubres para los estudiantes. Otro dato importante que se notó fue la higiene en los estudiantes puesto que algunos estaban sucios y otros estaban descalzos.
- Se observó además que la unidad educativa carece de agua potable, sin embargo cada estudiante tiene una botella reciclada que deben llenar diariamente y mediante un método que les fue enseñado hacen 3 años, sin embargo no se incentiva a los estudiantes a realizar el lavado de manos después de utilizar el sanitario o jugar en el recreo.
- Falta de comunicación con la familia: A entrevista con docentes y estudiantes quienes mencionaron la escasa comunicación con el entorno familiar de los estudiantes. Esto se da debido a que la mayoría de los padres y madres trabajan internándose en el bosque o trasladándose a otras parcelas.
- Falta de promoción e información sobre las enfermedades que ocasiona la falta de higiene en la unidad educativa: Según la información obtenida, la comunidad no ha recibido la información precisa y necesaria sobre prevención de enfermedades.

De los problemas identificados se priorizo como problemática principal la Carencia en la práctica de hábitos de higiene en los niños y niñas que estudian en la Unidad Educativa Cachuelita bajo. Por lo tanto, para poder fortalecer los conocimientos y prácticas sobre higiene mediante una guía que apoye a los niños y niñas en la práctica de hábitos de higiene.

CAPÍTULO V

DISEÑO DEL PROYECTO

5.1 Denominación y Naturaleza del proyecto

El proyecto se denomina “Propuesta de implementación de una Guía Práctica sobre Hábitos Básicos de Higiene en niños y niñas de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo en el Municipio de Porvenir, gestión 2019”.

5.1.1 Descripción del Proyecto

El proyecto, consiste en la incorporación de una guía de hábitos de higiene para que los niños con el apoyo de sus docentes sean quienes se involucren, les informen y los empoderen en lo referente a hábitos de higiene con el objetivo principal de preservar su salud.

5.1.2 Justificación del Proyecto

La importancia del presente Proyecto se puede atribuir a una asociación entre el estado de la higiene personal y la incidencia de las enfermedades. El análisis de un factor común, el grado de limpieza, continúa siendo un indicativo coherente del nivel de salud. La higiene tiene por objeto conservar la salud y prevenir las enfermedades, es por ello que se deben cumplir ciertas normas o hábitos de higiene tanto en la vida personal de cada quién como en la vida familiar, en la escuela y la comunidad.

La higiene trata sobre las medidas para prevenir y mantener un buen estado de salud. La práctica de las normas de higiene, con el transcurso del tiempo, se hace un hábito. De allí la relación inseparable de los hábitos de higiene.

Es conveniente para el aprendizaje, práctica y valoración de los hábitos de higiene que los adultos tanto en el entorno familiar como en el educativo, den el ejemplo a los niños y niñas mediante la práctica cotidiana de adecuados hábitos de higiene, para que se consoliden los conocimientos conceptuales, actitudinales y procedimentales sobre el tema. Los hábitos higiénicos guardan relación con las demás actividades fundamentales que a diario ocupan a los niños y niñas como comer, dormir, jugar, control de esfínteres y mantener el cuerpo limpio y convenientemente vestido. La mayor parte de estos hábitos son adquiridos en los primeros 3 a 4 años de vida. Una vez establecidos no se olvidan jamás. Cabe resaltar que estos hábitos se pueden adquirir a cualquier edad, sin embargo quedan mejor preservados en los primeros años de infancia.

Si bien estos hábitos deberían ser adquiridos en el núcleo familiar, cuando se trata del área rural, se puede mencionar que la tarea más difícil la tienen los maestros de las unidades educativas, ya que se presentan casos en que los padres son analfabetos o parte de su cultura les incita a no practicar hábitos de higiene, por lo que es el maestro el encargado de reforzar o en su defecto inculcar estos conocimientos en sus estudiantes. Para lograr estas tareas, los maestros tienen que adoptar una postura rigurosa, firme y continua en el tema de hábitos de higiene ya que no son hábitos que se tengan que hacer de vez en cuando, si no a diario y en todo momento, son hábitos que se deben volver en parte de la vida de los estudiantes.

Por ello es importante que los maestros cuenten con una Guía de hábitos de higiene dirigida a niños y niñas ya que será un valioso instrumento al momento de enseñarles sobre estas prácticas y hábitos de higiene además de inculcarles que es un medio de prevención de su salud.

5.1.3 Marco Institucional.

La Unidad Educativa Cachuelita Bajo depende del Distrito 2 de Porvenir por lo tanto se rige a la Dirección Departamental de Educación bajo la Ley N° 070 de Educación “Avelino Siñani Elizardo Pérez” de 20 de diciembre de 2010. Cabe destacar que las Direcciones Departamentales de Educación – DDE’s, fueron creadas como entidades descentralizadas del Ministerio de Educación, responsables de la implementación de las políticas educativas y de administración curricular en el departamento, así como la administración y gestión de los recursos en el ámbito de su jurisdicción, funciones y competencias establecidas en la normatividad y por D.S. N° 0813 de 9 de marzo de 2011 reglamentada su estructura, composición y funciones.

Por lo tanto la DDE de Pando, está orientado a fortalecer las capacidades de gestión para cumplir y hacer cumplir las políticas y normas del sistema educativo en el departamento, ejecutando acciones coherentes de fortalecimiento de capacidades institucionales para alcanzar su visión y lograr los objetivos estratégicos institucionales.

5.1.3.1 Visión

La Dirección Departamental de Educación de Pando, es una institución encargada de la administración pública y el control de la privada, promoviendo una educación de calidad, descolonizadora, intra-intercultural, comunitaria y productiva para los educandos y educadores que colmen las expectativas de la sociedad pandina, asumiendo la democracia y la autoestima, que garantice tolerancia, equidad, complementariedad, acceso y permanencia para todos y todas, promoviendo efectivamente el desarrollo humano integral sostenible con la aplicación y ejecución de las políticas educativas en estrecha coordinación con el Ministerio de Educación, el Gobierno Autónomo Departamental de Pando, Direcciones Distritales de Educación y los Gobiernos Autónomos Municipales.

Cabe resaltar que la Visión de la Unidad Educativa Cachuelita bajo es la misma que la que se presentó de la DDE de Pando.

5.1.3.2 Misión

Las Dirección Departamental de Educación tienen la misión de implementar de manera transparente y oportuna las políticas educativas y de administración curricular en el departamento, así como la administración y gestión de los recursos en el ámbito de su jurisdicción, competencias y funciones sobre la base de la nueva Ley de Educación “Avelino Siñani y Elizardo Pérez”.

La Misión de la Unidad Educativa Cachuelita bajo es “brindar un proceso de enseñanza aprendizaje de calidad intra e intercultural, comunitaria y productiva promoviendo valores y principios para un desarrollo integral óptimo”

A continuación se desglosará la estructura orgánica de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo de acuerdo a sus dependencias.

5.1.3.3. Estructura Orgánica

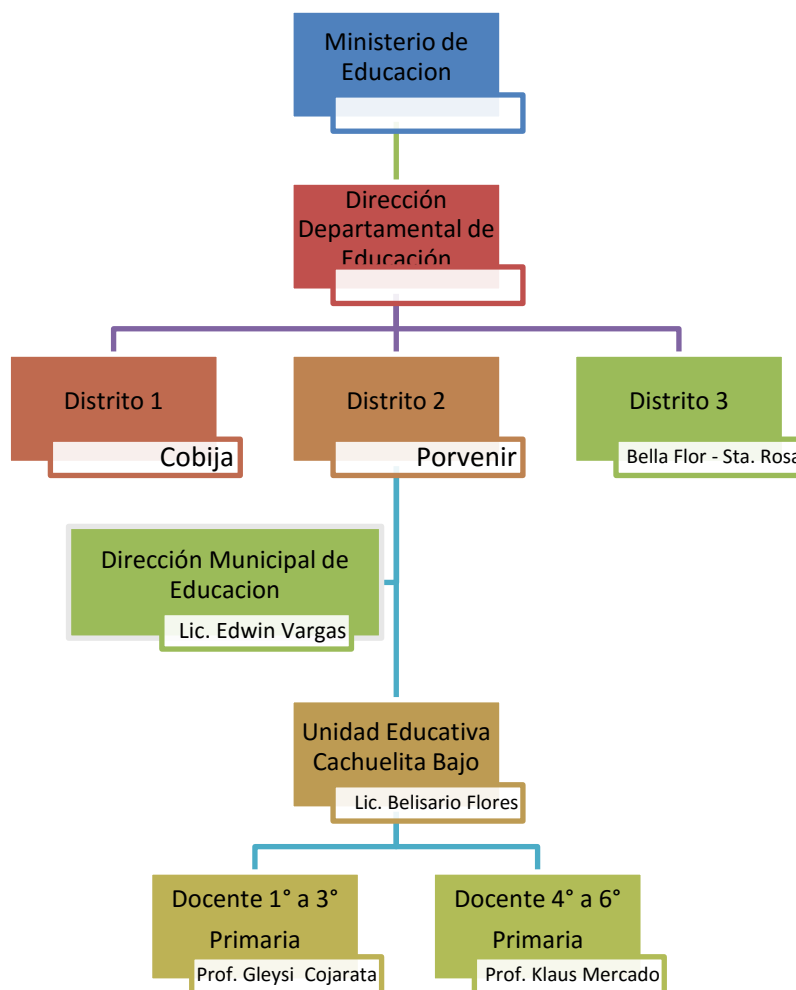


Figura 19: Estructura Orgánica

Fuente: DDE – Pando, 2019.

5.1.3.4 Análisis del Entorno

El Municipio de Porvenir 1ra. Sección de la provincia Nicolás Suárez, cuenta con una población asignada de 7.948 habitantes de acuerdo al censo del 2012. El Municipio de Porvenir limita al Norte con el Municipio de Cobija – República del Brasil.

Al Este con Municipio de Bella Flor; al Oeste con Municipio de Bolpebra y al Sur con el Municipio de Filadelfia; el 100% de las Comunidades del Municipio de Porvenir tienen acceso por vía terrestre; las áreas de influencia con las que cuenta se detallan como sigue, su extensión territorial es de 1.059,16 km² equivalente al 10,79% de la superficie provincial.

Comunidades

Villa Rojas, Gran Chaco, Santa Fe, Agua Rica, Cocamita, 5 de Agosto, Nueva Esperanza, Cachuelita Alto y Bajo, Trincheras, Verónica, San Luis, San José, Colorado, Campo Ana, Nueva Vida, Buena Vista, Castañera

Comunidad Cachuelita Bajo

Cachuelita bajo es una de las 18 Comunidades que tiene el Municipio de Porvenir. Se encuentra a 4 Km de distancia de la capital y está compuesta por 30 familias y 190 habitantes.

Los habitantes se dedican a la agricultura y la recolección de castaña en época de zafra, además de la cría de algunos animales para su consumo, sin embargo a simple percepción se puede evidenciar que es una comunidad sin recursos y con bastantes necesidades como agua potable, posta sanitaria, programas de prevención de enfermedades, vías de acceso, viviendas, fuentes de empleo, entre otros.

La comunidad, hace 5 años se inundó lo cual obligó a las familias a reasentarse a distancias considerables del centro de la comunidad, para poder vivir con sus familias y realizar sus actividades diarias.

Los servicios básicos aún están lejanos para Cachuelita Bajo, contando solamente con energía eléctrica. El agua como se mencionó anteriormente la adquieren del arroyo negro de la comunidad en la cual lavan su ropa, la utilizan para preparar alimentos y para asearse.

Unidad Educativa Cachuelita Bajo

Fundación:

- La Unidad Educativa Cachuelita Bajo fue fundada el 4 de noviembre de 1954 con su primer director el Profesor Cesar Ojopi con una infraestructura pequeña de 3 aulas y una cancha de recreación, iniciando con 32 estudiantes y contando solamente con el ciclo primario, cabe mencionar que en ese entonces la comunidad está conformada por más de 60 familias.

Infraestructura:

- Las instalaciones de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo es pequeña, consta de dos aulas y una pequeña oficina, el sanitario se encuentra en pésimas condiciones y no cuenta con normas básicas de higiene además de no tener agua por lo que los estudiantes son quienes traen el agua en botes y tiene botellas de plástico improvisadas.

Situación actual:

- Aunque estuvo unos años sin funcionar debido a las inundaciones en la comunidad, desde el año 2002 nuevamente se pone en funcionamiento y en la presente gestión fueron inscritos 29 estudiantes¹ entre los 5 a 15 años de edad, los cuales residen en la misma comunidad.
- Tiene 2 docentes y su director actual es el Lic. Belisario Flores, quien explica que según estructura orgánica la Unidad Educativa Cachuelita Bajo pertenece al Distrito Educativo (2) de Porvenir/Bella Flor bajo la dependencia de la Dirección Departamental de Educación.
- La infraestructura de la comunidad pese a no tener una antigüedad considerable esta algo deteriorada y sin el mantenimiento oportuno para su cuidado.

5.1.4 Finalidad del Proyecto

La finalidad del proyecto consiste en diseñar una medida que desarrolle actitudes positivas en los estudiantes basados en el concepto vida saludable. Para ello se desarrollara una evaluación longitudinal de dos dimensiones fundamentales: el aprendizaje temático y la comprensión de los hábitos de higiene, de esta manera lograr que se inserte en el plan de estudios la información necesaria sobre los hábitos de higiene en los niños y niñas.

Mediante una Guía Práctica dirigida a los estudiantes y maestros de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo del Municipio de Porvenir, mediante la promoción, prevención y educación social que llevara a cabo un esquivo multidisciplinario encabezado por la unidad educativa.

¹ Datos proporcionados por el Lic. Belisario Flores Director de la UE Cachuelita bajo, abril, 2019.

5.1.5 Objetivos

5.1.5.1 Objetivo General

Implementar una guía práctica sobre hábitos de higiene dirigida a niños y niñas estudiantes de primaria de la Unidad Educativa Cachuelita bajo en el Municipio Porvenir.

5.1.5.2 Objetivos Específicos

- Diseñar el contenido de la guía práctica de Hábitos de Higiene para niños y niñas estudiantes de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo.
- Determinar las funciones del Trabajo Social y del profesional en Salud para apoyar en la prevención, promoción, educación y gestión social en beneficio de los estudiantes de Cachuelita Bajo.
- Validar la guía práctica sobre hábitos de higiene con los estudiantes, maestros y padres de familia de la Comunidad Cachuelita Bajo.

5.1.6 Componentes, actividades y productos.

Los componentes actividades y productos están desarrollado de acuerdo a la propuesta planteada que se desarrollan en la tabla 1.

Tabla 1: Componentes, Actividades y Productos

COMPONENTES	ACTIVIDADES	PRODUCTOS
Realizar el estudio y análisis de la características socio sanitaria de la población de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Elaboración de una guía de práctica de hábito de higienes en estudiantes de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Niños libre de infecciones provocada por bacterias al por no lavarse la boca.
Identificación de la higiene en los niños y colaborar con la comunidad en la priorización y atención de la misma.	<p>Diagnostico Actualizado de la comunidad a través de:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Visitas domiciliarias a los estudiantes y sus familiares ➤ Entrevistas a los padres o tutores (cabezas de familia) ➤ Observación directa ➤ Creación de una base de datos 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Guía de Entrevista ➤ Guía de Observación ➤ Planillas de Datos actualizados.
La Educación es una forma de intervención social que se llevará a cabo desde estrategias y contenidos educativos con el objetivo de promover el bienestar social y mejorar la calidad de los niños.	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Capacitación dirigida a estudiantes y entrega del material necesario ➤ Capacitación dirigida a los maestros de la unidad educativa ➤ Creación del rincón del aseo en el aula ➤ Taller de prácticas de higiene en la escuela ➤ Feria informativa con exposiciones y socio dramas realizados por los estudiantes. ➤ Taller audiovisual dirigido a estudiante para promover el uso y cuidado de agua ➤ Campañas de dotación de jaboncillos y toallas en coordinación con salud. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Memoria fotográfica. ➤ Diapositivas. ➤ Planilla de Asistencia.

Fuente: Elaboración Propia.

5.1.7 Métodos y Técnicas

La metodología de trabajo de tipo participativa contiene los siguientes métodos y técnicas para la ejecución del Proyecto:

- a) **Métodos:** se utilizara el método de caso social individual, el método de trabajo social de grupo y el método de trabajo social comunitario.

- b) **Técnicas:** Las técnicas a aplicar son:
 - **Dinámicas Participativas:** Las dinámicas participativas serán recreativas acorde a la edad de los niños y niñas, involucrando a todos. Se tiene previsto que realicen dinámicas para aprender a lavarse adecuadamente las manos, los dientes, utilicen el agua correctamente, dinámicas comunitarias de aseo del lugar, entre otras.

 - **Dinámicas de instrucción:** De acuerdo a lo que se menciona en la Guía Práctica de Hábitos Saludables, se realizaran dinámicas de instrucción para que los niños y niñas aprenden como llevar a cabo las prácticas saludables.

 - **Talleres informativos:** Los talleres informativos se realizaran una vez al cada treses para informar a los padres, madres y comunidad para informar sobre los hábitos de higiene que los niños y niñas vayan adquiriendo y de esta forma involucrarlos en que den continuidad en el hogar y en la comunidad.

 - **Ferias de difusión:** Las ferias de difusión se realizaran una vez cada seis meses invitando a autoridades municipales para mostrar los cambios ocurridos en la Unidad Educativa y la comunidad en general desde la implementación de Hábitos de Higiene en los niños y niñas. De esta manera convertirse en el Centro Piloto sobre estas prácticas y replicarlo en las demás unidades educativas del Municipio de Porvenir.

5.1.8 Metas e Indicadores

Las metas del Proyecto se detallan a continuación:

Tabla 2: Metas e Indicadores

N°	Meta	Indicador
1.	Lograr que niños y niñas de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo adopten hábitos de higiene y aseo personal	100% de niños y niñas realizando hábitos de higiene y aseo personal de Higiene
2.	Lograr que los niños y niñas de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo realicen prácticas de higiene en el hogar retroalimentando los conocimientos en el entorno familiar.	100% de los niños y niñas practicando hábitos de higiene en el hogar.
3.	Lograr que los niños, niñas y maestros de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo practiquen de forma continua hábitos de higiene en la escuela creando un rincón del aseo para los estudiantes.	100% de niños, niñas y maestros practicando de forma continúa los hábitos de higiene en la escuela.

Fuente: Elaboración Propia

Para promover la implementación de la Guía práctica sobre hábitos de Higiene, se trabajara coordinadamente la unidad educativa y la población además de ser un proceso continuo y permanente hasta alcanzar los objetivos propuesto.

5.1.9 Beneficiarios directos e indirectos

Directos: Los beneficiarios directos serían los niños y niñas que estudian en la Unidad Educativa de la Comunidad Cachuelita bajo además de los docentes, que es a quienes se aplicara la Guía de Hábitos de Higiene dándole seguimiento constante a su aplicación, ya que mediante la aplicación de la Guía y las prácticas de higiene mejorara su calidad de vida en cuanto a la salud.

Indirectos: Los beneficiarios indirectos serán los pobladores de la comunidad Cachuelita bajo y también los del Municipio de Porvenir si es que se aplica y replica el proyecto en otras unidades educativas.

5.1.10 Localización Física y cobertura espacial

Localización Física:

- El proyecto se encuentra localizado dentro de las instalaciones de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo, misma que tiene 5 aulas pequeñas. Sin embargo el proyecto se ejecutará en el patio de la unidad educativa.
- La cobertura espacial contempla la Comunidad de Cachuelita Bajo, misma que tiene alrededor de 30 viviendas dispersas, un centro turístico y la unidad educativa.

5.1.11 Organización de la Evaluación del Proyecto

La evaluación del proyecto se dará en tres momentos; Evaluación inicial, evaluación de desarrollo y evaluación final como se detalla a continuación.

Tabla 3: Evaluación del Proyecto

Tipo de Evaluación	Actividades de la Evaluación	Técnicas de Evaluación	Instrumentos de la Evaluación
EVALUACIÓN INICIAL	<ul style="list-style-type: none">➤ Primer contacto con los estudiantes➤ Explicación previa de la actividad➤ Fijar hora y fecha para recolectar a información.	<ul style="list-style-type: none">➤ Escrita	<ul style="list-style-type: none">➤ Cuestionario consultivo
EVALUACIÓN DE DESARROLLO	<ul style="list-style-type: none">➤ Explicación previa de la actividad➤ Fijar hora y fecha para recolectar a información.	<ul style="list-style-type: none">➤ Escrita➤ Oral	<ul style="list-style-type: none">➤ Cuestionario consultivo➤ Escala de valores➤
EVALUACIÓN FINAL	<ul style="list-style-type: none">➤ Contacto con la unidad educativa, los estudiantes y los padres o madres de familia para la ejecución del taller de Evaluación➤ Explicación previa de la actividad➤ Fijar hora y fecha para recolectar a información.	<ul style="list-style-type: none">➤ Plenaria➤ Escrita	<ul style="list-style-type: none">➤ Acta de Reunión➤ Cuestionario dirigido a estudiantes, docentes y padres de familia

Fuente: Elaboración Propia

5.1.12 Funciones del Área de Trabajo Social específicas en Educación Social.

El Trabajo Social forma parte tanto del sistema educativo formal como del sistema de salud con un papel importante en la intervención preventiva y asistencial en temas como el absentismo y el fracaso educativo, la integración de inmigrantes y colectivos desfavorecidos, la detección de malos tratos y abusos sexuales, la mejora del clima de convivencia, la atención ante el fenómeno de la violencia y la participación de toda la Comunidad Educativa, tienen causas y consecuencias sociales y la escuela no es un actor neutro, nuestra presencia se acepta y demanda cada vez más.

En el área de salud el Trabajo Social cumple funciones importantes en lo que respecta a la prevención, promoción, gestión y educación social sobre todo en áreas rurales. En las competencias identificadas que plantea (Ander-Egg, 2006) se puede concretizar que el Trabajo Social en el ámbito social debe de realizar las siguientes funciones;

- Apoyar a las personas para que sean capaces de manifestar las necesidades, puntos de vista y circunstancias. Tener una visión global y capacidad de respuesta a problemas de la educación actuales.
- Diseñar y aplicar estrategias de actuación ante los problemas educativos.
- Dar respuesta a las necesidades de los alumnos, así como de las familias que requieran la participación de otros profesionales o servicios, utilizando los recursos y procedimientos adecuados.
- Establecer y mantener relaciones fluidas con los alumnos, sus familias y demás miembros de la Comunidad educativa, mostrando habilidades sociales, capacidad de gestión de la diversidad cultural y aportando soluciones a conflictos que se presenten.
- Conocer e identificar las estrategias principales de intervención de los trabajadores sociales en el desarrollo de su acción profesional con personas, familias, grupos, organizaciones y comunidades.
- Conocer la naturaleza, objetivos, orígenes y evolución de los Sistemas Educativos. Conocer las estrategias principales para la resolución de conflictos a través de la mediación.
- Apreciar, respetar y valorar la diversidad social creciente (cultural, étnica, religiosa, orientación sexual...) en nuestro entorno inmediato.
- Reflexionar sobre las relaciones entre el ejercicio del Trabajo Social con otras profesiones. (educadores sociales, maestros, psicopedagogos, pedagogos).
- Valorar críticamente las posibilidades reales de intervención de los trabajadores sociales.

5.2 Marco Administrativo

5.2.1 Equipo de Gestión

Tabla 4: Equipo de Gestión

Equipo	Acciones/Funciones
Multidisciplinario de Gestión	
Profesional en Trabajo Social (Responsable del Proyecto)	<ul style="list-style-type: none">➤ Llevar a cabo las actividades programadas.➤ Dirigir al equipo multidisciplinario.➤ Formular la valoración social de las problemáticas sociales que presenten los comunarios del Cachuelita Bajo.➤ Realizar Visitas Domiciliarias para constatar el entorno social y económico.➤ Efectuar la coordinación interinstitucional previos acuerdos establecidos para derivar casos de vulneración de derechos (violencia) ejercidos a niños, niñas, adolescentes, mujeres, adultos mayores.➤ Llevar a cabo actividades de información y difusión sobre hábitos de higiene.
Profesional en salud (Apoyo en la intervención de salud en el Proyecto)	<ul style="list-style-type: none">➤ Informar sobre las principales enfermedades que ocasiona la falta de higiene.➤ Realizar una revisión en los niños y niñas para identificar problemáticas de salud.➤ Brindar atención médica para tratar enfermedades producidas por la falta de higiene como amebiasis, tifoidea, infección intestinal, entre otros.➤ Realizar visitas domiciliarias brindando información a las familias sobre hábitos de higiene incentivando a su práctica diaria.
Docentes de la Unidad Educativa Cachuelita Bajo (Apoyo institucional)	<ul style="list-style-type: none">➤ Apoyar en la aplicación de la Guía Práctica de Hábitos de Higiene en los estudiantes, realizando la aplicación de estrategias como un calendario de la higiene, turnos de la higiene, definición de roles hacia los niños y niñas y seguimiento continuo a la aplicación.➤ Convocatoria mensual a padres, madres o tutores de los estudiantes para informar sobre las actividades a realizar.

Fuente: Elaboración Propia

5.2.2 Organigrama

El Organigrama del equipo de gestión está compuesto por el profesional Trabajo Social (Responsable del Proyecto), Profesional en salud (apoyo en la intervención social en salud), los docentes de la U.E. (apoyo institucional del proyecto) bajo la supervisión de la Secretaria de Educación del Municipio de Porvenir que son quienes realizaran la contratación del equipo multidisciplinario.

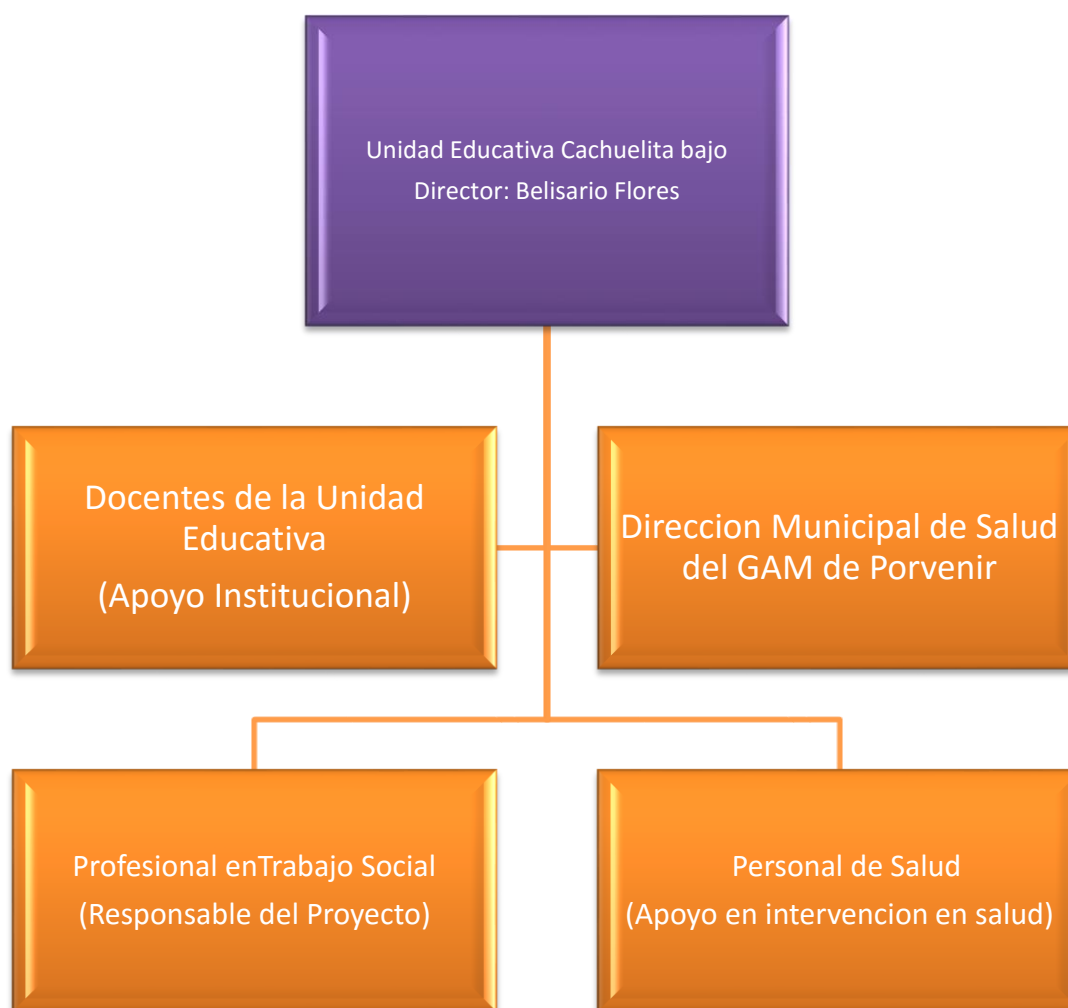


Figura 20: Organigrama del Equipo de Gestión

Fuente: Elaboración Propia.

5.2.3 Cronograma de Actividades

Tabla 5: Cronograma de Ejecución

ACTIVIDADES	EVIDENCIAS	Julio			Agosto			Septiembre		
Diagnostico Actualizado de la comunidad ➤ Visitas domiciliarias a los estudiantes y sus familiares ➤ Entrevistas a los padres o tutores (cabezas de familia) ➤ Observación directa ➤ Creación de una base de datos	➤ Fichas Sociales ➤ Fichas Kardex ➤ Guía de Observación ➤ Memoria Fotográfica									
3 de septiembre - Día Mundial de la higiene ➤ Feria informativa con exposiciones y socio dramas realizados por los estudiantes	➤ Guía de Observación ➤ Memoria Fotográfica									
22 de marzo - Día Mundial del Agua ➤ Taller audiovisual dirigido a estudiantes para promover el uso y cuidado del cuidado de agua. ➤ Feria informativa sobre cuidado y preservación del agua dirigido a la comunidad en general ➤ Taller dirigido a la comunidad sobre la ionización del agua para consumo.	➤ Guía de Observación ➤ Memoria Fotográfica									
15 de octubre - Día Mundial del Lavado de Manos ➤ Actividades recreativas ➤ Dotación de jaboncillos y toallas a los estudiantes. ➤ Feria del lavado de manos	✓ Guía de Observación ➤ Memoria Fotográfica									
Coordinación interinstitucional con el centro de salud Villa Rojas ➤ Acompañamiento en la Visita mensual para revisión médica y desparasitación ➤ Acompañamiento en la Revisión Mensual odontológica para detección y tratamiento de caries dentales. ➤ Acompañamiento a la Visita trimestral de vacunación	➤ Guía de Observación ➤ Memoria Fotográfica									
Diagnostico Actualizado de la comunidad ➤ Visitas domiciliarias a los estudiantes y sus familiares ➤ Entrevistas a los padres o tutores (cabezas de familia) ➤ Observación directa ➤ Creación de una base de datos	➤ Documento Elaborado ➤ Guía de Entrevistas ➤ Guía de Observación ➤ Memoria Fotográfica									

Fuente: Elaboración Propia

5.2.4 Determinación de los recursos necesarios

5.2.4.1 Recursos Humanos

Es necesario mencionar y aclarar que la contratación de los profesionales en Trabajo Social y en salud y en Trabajo Social está sujeta a la disposición de recursos destinados al sector de educación del Municipio de Porvenir según lo que designen en su Plan Operativo Anual.

Los datos actualizados del escalafón salarial el presupuesto para los profesionales que conformaran el equipo multidisciplinarios:

Tabla 6: Presupuesto de Personal

ITEM	CANTIDAD	SALARIO MENSUAL Bs.	DSCTO. AFP/SS Bs.	SALARIO LIQUIDO Bs.	AGUINAL DO	TOTAL ANUAL
Trabajo Social	1	4.700	695	4.005	4.700	52,760
Personal de Salud	1	4.700	695	4.005	4.700	52,760
SUB TOTAL		9.400	1.390	8.010	9.400	105.520

Fuente: Arancel Profesional I – RRHH GAM Porvenir

Cabe resaltar, que el proyecto contempla la contratación de dos profesionales; uno en Trabajo Social y uno en Salud. Los docentes de la unidad educativa están catalogados como apoyo institucional.

5.2.4.2 Recursos Materiales

Los Recursos Materiales que se detallan en la Tabla 4 son los que utilizará el equipo de gestión que ejecutará el proyecto.

Tabla 7: Presupuesto de Recursos Materiales

ITEM	DETALLE	UNIDAD	CANTIDAD	RECIBO UNITARIO	PRECIO BS.
					TOTAL
MATERIAL DE ESC.					
1	Papel Bond (carta)	Resma	5	50	250
2	Tinta colores	Cartuch	3	180	540
		o			
3	Tinta negra	Cartuch	5	150	750
		o			
7	Engrampadora	Unidad	2	35	70
8	Perforadora	Unidad	2	40	80
9	Bolígrafo	Unidad	5	2	10
10	Guías de hábitos de higiene anilladas	Unidad	30	25	750
11	Folder	Unidad	10	3	30
TOTAL BOLIVIANOS					2.480

Fuente: Elaboración propia – propuesta de implementación

5.2.4.3 Recursos Financieros

Los recursos financieros para la ejecución contemplan los recursos humanos descritos en el cuadro anterior al igual que los recursos materiales.

Tabla 8: Presupuesto General

Recursos humanos	105.520
Recursos materiales	2.480
Total	108.000

Fuente: Elaboración propia – propuesta de implementación

Recomendaciones

La calidad de vida es un aspecto multidimensional que conlleva a la satisfacción de las necesidades básicas de la persona. Trabajo Social es un campo disciplinario y profesional que interpreta críticamente las causas de la inequidad social, valoriza a los sujetos en sus contextos y emprende intervenciones asistenciales, terapéuticas, socioeducativas-promocionales afines con los derechos humanos.

La intervención del Trabajo Social responde a esos modelos de intervención para promocionar, proteger y defender los derechos de las y los usuarios en salud y sus familias. Las necesidades y problemáticas que se presentan en el ámbito de la educación social en la Unidad Educativa Cachuelita Bajo se deben a la falta de información en el núcleo familiar y educativo, así como la falta de acceso a los servicios básicos, es que se elaboró la presente propuesta de Proyecto se espera mejorar las necesidades y problemáticas que presentan los usuarios del centro SAFCI San Martín de Porres.

Por lo tanto y en relación a los objetivos del proyecto se recomienda:

A la Unidad Educativa Cachuelita Bajo:

- Posibilitar la utilización de la guía práctica de hábitos de higiene adecuando los ambientes para que los estudiantes puedan tener agua para lavarse las manos, un sanitario adecuado y la implementación del rincón del aseo, de esta manera el entorno educativo se convertirá en el principal promotor de prácticas adecuadas de higiene para preservar la salud de sus estudiantes.
- Promover la participación de los padres de familia mediante ferias de salubridad y reuniones en las cuales concienticen a los padres, madres y tutores de los estudiantes en realizar las prácticas de hábitos de higiene en sus hogares.
- Gestionar la restauración de las aulas para establecer un aspecto higiénico, además de incorporar un tanque de agua y un sanitario aceptable para el uso de los estudiantes.
- Las autoridades de la comunidad deben promover la implementación del presente proyecto para que de esta manera los estudiantes en su entorno familiar y educativo mejoren su calidad de vida poniendo en práctica los hábitos de higiene establecidos en la Guía.

A las autoridades de la comunidad y el Municipio

- La directiva de la comunidad y sus dirigentes comunales deberán presentar el presente proyecto ante el Municipio y viabilizar su incorporación en el presupuesto municipal.
- El Gobierno Autónomo Municipal de Porvenir deberá viabilizar la implementación del presupuesto en el POA sectorial de educación 2020 y su posterior ejecución para lograr un mejor resultado en la ejecución de las Políticas en Salud beneficiando a toda la población del Municipio.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ander-Egg, E. (2006). *La intervención Social*. Buenos Aires: Hvmánitas.
- Aniorte, N. (2018). La salud y el contexto cultural. *Revista Digital* (42) 11-12, Recuperado de: www.aniorte-nic.net/apunt_sociolog_salud_2.htm
- Argudo, H. y Ayuso, F. (s. f.). *Contexto de entorno educativo*: Recuperado de www.revistaeducar.com
- Barragán, T. (2005). *Metodología y Métodos de investigación*. Colombia: Sampre.
- Calvo, S. (1991). *Educación para la salud en la escuela*. Madrid: Díaz de Santos.
- Cabría, E. (2012). *Importancia de la Transmisión de Hábitos y Rutinas en Educación Infantil*. (Tesis de Grado). Recuperado: https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/19252/CereijoCitoula_LauraMaria_TD_2017.pdf?
- Concepción, R. (2004). *Educación, Aprendizaje y Cognición*. Teoría en la práctica. México: Manual Moderno.
- Cisneros, A. (2005). *Ontogénesis de la motricidad*. Madrid: Maúñez.
- Dueñas, E. (2001). *Hábitos de higiene*. Recuperado de: <http://cienciassociales/habitos-de-higiene>.
- Flores, P. y Fidel, C. (2016). *Familia y salud de los jóvenes*. Recuperado: <http://www.bibliotecanacionaldigital.gob.cl/colecciones/BND/00/RC/RC0020092.pdf>
- García, O. (2018). *Cartas a quien pretende enseñar*. México: siglo XXI.
- Gavidia, W. (2009). Pedagogía: Definición, métodos y modelos. *Revista de Ciencias Humanas*, (26) 21-22.
- Estado Plurinacional de Bolivia. Ley Código Niño, niña y Adolescente, N° 548. (14 de julio de 2014).
- Estado Plurinacional de Bolivia. Ley de Educación Avelino Siñani – Elizardo Pérez, N° 070. (20 de diciembre de 2012).
- Estado Plurinacional de Bolivia. Ley general de higiene y seguridad del trabajo (19 de Abril del 2007)
- Hernández, R. (2004). *Metodología de la Investigación*. México: McGraw-Hill.
- Hurtado, R. y Arancibia, C. (2011). *El vínculo socio afectivo*. España: Amazon.

- Koziwe, J. (2005). *Didáctica en la Escuela Primaria*. New York: Saeta.
- Lalonde, E. (1972). *Diversidad en el Aula. Estrategias facilitadoras del Aprendizaje*. Argentina: Landeira.
- Loggio, K. (s. f.). *Diseño de medios y recursos didácticos*. Málaga: Innova.
- Mantuano, P. y Barahona, J. (2012) *Los Hábitos de Higiene en el Estudiante y su Desarrollo mediante la Aplicación de Instructivo* (Tesis de Grado). Recuperado: <http://repositorio.unemi.edu.ec/bitstream/123456789/1947/1/.pdf>
- Mascías, A. (2016). *La Higiene en Educación Infantil; Los Talleres como recurso Didáctico*. (Tesis de Grado). Recuperado: <https://www.google.com/url/.pdf>.
- Marriner, H. y Raile, J. (2007). *El Material Didáctico y su Incidencia en el Aprendizaje de los Niños y Niñas* (Tesis de Maestría). Recuperado: <https://www.google.com/url/pdf>.
- Monereo, C., Badia, A. y Baixeras, M. (1999). *Estrategias de enseñanza y aprendizaje: formación del profesorado y explicación en la escuela* (6ª ed.). Barcelona: Graó.
- Ministerio de Salud (2013). *Norma de Caracterización de Primer Nivel de atención en Salud*.
- Ñaupas, H. y Mejía, E. (2011). *Metodología de la Investigación Científica y Asesoramiento de Tesis*. (2º Edición) (Tesis de Maestría). Recuperado: <https://www.google.com/url>.
- Organización Mundial de la Salud. (2015). *Guía de la Organización Mundial de la Salud (OMS) sobre la Higiene y la Atención de la Salud*. Chile: OMS.
- Pamplona, J. (2009). *¿Cómo tener un cuerpo sano?* Argentina: Safeliz.
- Parada, R. (2011). *Conociendo los hábitos de higiene personal*. Recuperado de <http://yuraima-acosta.blogspot.com/2011/06/principales-habitos-dehigiene-personal.html>
- Paz, M., Moore, R., y Pérez, L. (2004). *Manual de Salud Escolar*. Chile: Ministerio de Educación.
- Pérez, L. (2007). *Hermenéutica analógica y del umbral*. San Esteban: Salamanca.
- Potter, P. y Perry, A. (2003). *Fundamentos de enfermería* (5ª ed.). Barcelona: Océano.
- Remes, E. (1980). *Programa de Capacitación Pedagógica*. Madrid: Omán.
- Riquelme, L. (2012). *Un punto de vista cognoscitivo*. México: Trillas
- Salas, C. y Marat, L. (2000). *Educación para la salud*. México: Pearson Educación.

- Sánchez, E. y Ruiz, J. (2010). *Hábitos de higiene personal en los estudiantes de una Escuela de Educación*. En J. C. Tójar (Coord.), *Trabajos de investigación como catalizadores de la innovación educativa* (pp.245-263). Sevilla: INFORNET.
- Sandór, R. (1971). *Conocimientos y teorías en higiene*. Lima: Saeta.
- Sánchez, E. (2012). *Programa Educativo para promover la higiene personal en estudiantes del Primer grado de educación secundaria en las instituciones educativas estatales de la Provincia de Chiclayo Málaga* (Tesis Grado). Recuperado: <https://www.google.com/url?pdf>.
- Soto, T. (2009). *Juegos para enseñarles a los chicos acerca de la higiene personal*. Recuperado de: http://www.livestrong.com/es/juegos-ensenarle-chicos-lista_31661/
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2017), *Técnicas y Recursos para Motivar a los Alumnos*. Recuperado de: www.unicef.org.es.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2016). *Guía Médica Y pedagogía: Dificultades para el aprendizaje*. Ciudad de Juárez, México, Ministerio de Educación.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2007). *Hábitos de Higiene*. Recuperado de: www.unicef.org.
- Valenzuela, A. (2010). *Programa Educativo para promover la higiene personal*. Recuperado de: <https://riuma.uma.es/handle>.
- Vargas, Y. (2002). *La higiene personal es divertida*. Recuperado de: *La higiene personal es Divertida*: <http://duberlyesperaza.blogspot.com/2012/08/juego-para-ensenar-habitosde-higiene.html>.
- Viñao, A. (2010). *Higiene, salud y educación en su perspectiva histórica desde el Departamento de Teoría e Historia de la Educación*. (Tesis de Grado). Recuperado: <https://www.google.com/url.pdf>.

ANEXOS

ENCUESTA

Entrevista dirigida estudiantes de 1° a 6° de primaria de la Unidad Educativa CACHUELITA bajo del Municipio de Porvenir.
Edad: _____ años. Sexo: _ Masculino _ Femenino

1. Higiene del cabello						
¿Con qué frecuencia te lavas el cabello?	a diario	mas de 1 ves por semana	mas de una ves por mes			
¿Qué sustancia utilizas para lavarte el cabello?	Jaboncillo	Shampu	No uso			
El peine que usas es:	Personal	Familiar	No uso			
¿Tuviste piojos en el último mes?	si	no	no recuerdo			
2. Higiene de los ojos						
¿En qué momento te lavas los ojos?	al despertar	al ir a dormir	no me lavo			
¿Usas una buena luz para estudiar y leer?	si	no				
3. Higiene de la nariz						
¿Qué utilizas para sonarte la nariz?	papel hig	pañuelo	mi ropa			
¿Te introduces el dedo a la nariz?	no	si	a veces			
¿Te tocas la nariz con las manos sucias?	no	si	a veces			
4. Higiene del oído						
¿Cada cuanto te limpias el oído y oreja?	diario	a veces	no me limpio			
¿Qué utilizas para limpiarte los pliegues de la oreja?	cotonete	papel	nada			
5. Higiene de la boca						
¿Usas cepillo de dientes?	si	no	a veces			
¿Te cepillas los dientes antes de irte a dormir?	si	no	a veces			
¿Te cepillas los dientes después de comer?	si	no	a veces			
¿Fuiste alguna vez al dentista?	si	no	alguna vez	siempre voy		
¿Con qué frecuencia cambias tu cepillo dental?	en el mes	en tres meses	no recuerdo			
¿Cómo te cepillas los dientes?	de abajo hacia arriba	en circular	no recuerdo			
¿Cuántos minutos dura un cepillado correcto?	menos de 5 min	mas de 5 min	no recuerdo			
¿Qué alimentos crees que dañan los dientes?	dulces y golosinas	frutas y verduras	residuos de alimentos	no lo se		
¿Tienes caries?	si	no				
6. Higiene del cuerpo						
¿Con qué frecuencia te bañas?	diario	mas de dos veces por semana	no recuerdo			
¿Qué utilizas para bañarte?	Jaboncillo	Jabon	Legia	Nada		
¿Usas desodorante?	si	no				
7. Higiene de las manos						
¿Te lavas las manos antes de ingerir los alimentos?	si	no				
¿Te lavas las manos antes de utilizar los servicios higiénicos?	si	no				
¿Te lavas las manos después de utilizar los servicios higiénicos?	si	no				
¿Qué utilizas para lavarte las manos?	Jaboncillo y Agua	Solo Agua				
¿Te comes las uñas?	si	No	a veces			
¿Cada cuanto recortas las uñas?	una vez por semana	una vez al mes	no recuerdo			
8. Higiene de pies						
¿Con que frecuencia te lavas los pies?	diario	a veces	cuando me baño			
¿Te recortas oportunamente las uñas de los pies?	una vez por semana	una vez al mes	no recuerdo			
¿Usas polvo desodorante para los pies?	si	no				
9. Higiene del vestido						
¿Con qué frecuencia te cambias de ropa?	diario	cuando es necesario				
¿Con qué frecuencia te cambias tu ropa interior?	diario	cuando es necesario				
¿Duermes con la ropa que usaste durante el día?	si	no				
¿Que tipo de zapatos usas?	cerrados	abiertos	ninguno			
¿Ventilas tu calzado?	si	no				
¿Lavas frecuentemente tus calzados?	si	no				
10. Higiene en el Hogar						
¿Qué labores de limpieza realizas en tu casa?	Limpio los interiores	Limpio los exteriores	boto/quemo la basura	lavo la ropa	lavo los platos	
¿Cada cuanto tiempo realizan limpieza en tu hogar?	a diario	una vez por semana	una vez al mes	a veces		
¿De donde obtienen el agua: para beber, para cocinar, para asearse,	noria/pozo	arroyo	tanque	sisterna	lluvia	
¿Quién realiza el lavado de la ropa en tu hogar?	Mamá	Papá	Otro familiar	yo		
11. Higiene en la Escuela						
¿Les enseñan en la escuela a limpiar su aula?	si	no	a veces			
¿Existen basureros?	si	no				
¿En el sanitario, hay agua e inodoros adecuados?	si	no				
¿Realizan alguna actividad para mantener limpia la unidad educativa?	si	no				
¿Te gustaría que en tu aula exista un rincon del aseo?	si	no	no se			

ANEXO 2

GUÍA DE ENTREVISTA

Entrevista dirigida al director y los maestros de la Unidad Educativa CACHUELITA bajo del Municipio de Porvenir.

Edad: _____ años. Sexo: _ Masculino _ Femenino

El objetivo es obtener información sobre el conocimiento de los hábitos de higiene y la forma de insertar conocimientos sobre estas prácticas en los estudiantes.

1. ¿Usted ha recibido capacitación sobre temas de higiene?
2. ¿Me puede mencionar que son hábitos de Higiene en sus palabras?
3. ¿Aplica o imparte conocimientos sobre hábitos de higiene en el aula?
4. ¿De qué forma incentiva a los estudiantes a tener hábitos de higiene?
5. ¿Realizan actividades escolares que tengan que ver con los hábitos de higiene, cuidado del medio ambiente, cuidado del agua, entre otros? ¿Qué tipo de actividades?
6. ¿Ha notado a estudiantes con falta de hábitos de higiene personal?
7. ¿Algún estudiante se ha enfermados de diarrea en esta gestión?
8. ¿Los estudiantes llegan a la unidad educativa con ropa limpia?
9. ¿Informan a los padres/madres de familia cuando algún estudiantes presente descuido en su higiene personal?
10. ¿Considera necesario que los estudiantes sean continuamente capacitados sobre la importancia de tener buenas hábitos de higiene?

Fecha:/...../.....

ANEXO 3

GUÍA DE OBSERVACIÓN

Guía de observación aplicada la Unidad Educativa Cachuelita bajo del Municipio de Porvenir.

El objetivo es percibir mediante la observación aspectos de infraestructura, higiene, actitudes entre otros.

1. Condiciones de infraestructura
2. Condiciones de las aulas
3. Estado del sanitario
4. Aseo de la unidad educativa
5. Basureros
6. Pupitres
7. Sanitario
8. Higiene en los estudiantes
9. Higiene en la unidad educativa.

Fecha:/...../.....



Guía Práctica sobre Hábitos de Higiene



Por: Shoice Cruz Chambi

Carrera: Trabajo Social

Área de Ciencias Sociales y Humanísticas - UAP

Hola amiguitos y amiguitas:

Este librito te servirá para que conozcas el cuidado de nuestro cuerpo y su importancia ya que nos permite estar a gusto con nosotros mismos y con los demás, por eso cuidar de nuestra apariencia es fundamental.

La higiene y el aseo personal es una tarea que debemos de hacer todos los días para mantener y cuidar nuestro cuerpo. Con una buena higiene prevenimos que aparezcan enfermedades y mejoramos nuestra imagen.

Es importante que sepan y practiquen todas las tareas que se deben de hacer para tener una buena higiene personal, así cuidaremos de nuestro cuerpo ya que solo tenemos uno.

Al final de este librito hay un pequeño apartado de vocabulario para que puedan consultar el significado de las palabras clave para las prácticas de higiene personal.

¿Comenzamos?



Contenido

Importancia de la higiene

Las enfermedades

Higiene y aseo corporal

Limpieza de nuestra casa

Higiene de nuestra escuela



I mportancia de la higiene

Los hábitos de higiene son los que nos permiten vivir con buena salud y mantener una mejor calidad de vida. Esa es la importancia de la higiene personal, una costumbre que todos debemos tener desde que somos niños.

Además de evitar el contagio de enfermedades, la adquisición de buenos hábitos higiénicos ayuda a los niños en su proceso de inserción social entre sus pares y les brinda una sensación de seguridad e independencia. De pequeños, ellos creen que las normas de higiene son un capricho de los padres, pero con el tiempo, las aprecian.

Muchas de las enfermedades se pueden prevenir mejorando nuestros hábitos de higiene y con la instalación, buen uso y mantenimiento de sistemas de agua potable y servicios sanitarios en nuestra comunidad.

Las enfermedades se transmiten fácilmente cuando no existen las condiciones adecuadas y no se practican hábitos de higiene. Una escuela bien cuidada, con agua potable y servicios sanitarios limpios e higiénicos es un lugar saludable para los niños y las niñas y sirve de ejemplo para toda la comunidad.





Al aprender sobre hábitos de higiene en la escuela, podrás compartir tus conocimientos y tendrás la capacidad de mejorar la calidad de vida de tu familia y la comunidad.

Mediante la participación, concientización y organización de los profesores, la junta escolar, los padres de familia y los niños y niñas, podemos mejorar la salud de nuestra comunidad.

Los Derechos de los niños y niñas:

Los niños y las niñas son especiales e importantes porque son el futuro del país, y tienen derecho a:

Su derecho a la salud significa vivir en un lugar seguro, protegido de enfermedades y bien alimentado.

Tienen derecho, a recibir la atención y el tratamiento necesarios.



Los niños tienen derecho a recibir educación lo que significa que todas las niñas y los niños tienen acceso gratuito a la escuela, bajo un ambiente de respeto, cariño y buena enseñanza.

Las enfermedades

Muchas enfermedades provienen de pequeños bichos que viven en la suciedad. Si estamos en contacto con la suciedad, estos bichos pueden entrar en nuestro cuerpo y causarnos enfermedades.

Las enfermedades más comunes a causa de la falta de higiene son: El cólera, Infecciones Intestinales, Amebiasis, Diarreas, Desnutrición, Anemia, Sarna, Dermatitis, etc.

Por eso es importante para preservar la salud, tener hábitos de higiene que se adopten y se practiquen todos los días, en todos lados, la casa, la escuela y la calle.

Si no te cuidas, si no mantienes tus manitos limpias, si no te bañas a diarios, si no te cepillas bien los dientes 3 veces al día, si no lavas los alimentos, si no te pones ropa limpia, si no lavas las verduras, si no mantienes tu casa limpia, si no colaboras en limpiar la escuela, enfermaras aparte de provocar que las personas se alejen de ti y tu vida



Higiene y aseo corporal



La higiene tiene por objeto conservar la salud y prevenir las enfermedades, es por ello que se deben cumplir ciertas normas o hábitos de higiene tanto en la vida personal de cada quién como en la vida familiar, en el trabajo, la escuela, la comunidad.

La higiene corporal consiste en el baño diario, el lavado de manos y pies, cepillado de dientes y el uso de ropa limpia que debemos cambiar todos los días.

1. El baño diario

El baño personal garantiza la salud de los niños y niñas mantiene limpios los poros de la piel, que es por donde sale el sudor, elimina sustancias nocivas y protege de enfermedades de la piel.

Es recomendable realizar el baño al menos una vez por día. Ya sea antes de ir a la escuela o al retornar, puede también tomarse después de hacer actividad física.

Es importante tomar en cuenta los siguientes pasos:



- Usar agua limpia
- Utilizar jaboncillo y champo
- Utilizar una toalla limpia
- Utilizar desodorante para después del baño
- Utilizar hisopos de algodón para limpiar los oídos
- Lavar y enjuagar bien las zonas genitales, las axilas, los pies y el cuello, que son los lugares en donde la sudoración es excesiva.

Luego de bañarse, es indispensable usar ropa interior y vestimenta limpias.

2. El lavado de manos

Las manos son herramientas fundamentales que los seres humanos



usamos para manipular, palpar, coger, tocar los objetos que nos rodean, por lo tanto se ensucian y se contaminan con la misma frecuencia con que las usamos.

El mayor problema radica en que los gérmenes contenidos en las manos pasan directamente a la boca o contaminan los alimentos, que al ser ingeridos pueden producir enfermedades digestivas, como: dolor, irritación, infección intestinal, fiebre y diarrea. Por esta razón se asegura que la falta de higiene de las manos, es la causa de la desnutrición de las niñas y niños.

Para lavar bien tus manitos debes seguir estos consejos:

- 1) Humedece tus manos con agua
- 2) Toma el jaboncillo y frótalo con tus manos hasta hacer espuma
- 3) Refriega bien una mano con la otra y utiliza un cepillito para limpiar las uñas para limpiar las uñas
- 4) Enjuaga con agua limpia hasta retirar todo el jabón
- 5) Seca con una toalla limpia de tela o papel.



Debes lavar tus manitos:



- Antes de comer
- Después de usar el sanitario
- Después de jugar
- Después de tocar animales
- Antes de utilizar tus cuadernos.

3. Cepillado de dientes

Es muy importante tener dientes sanos, puesto que en la boca y con la intervención de la dentadura se realizan funciones necesarias como masticar, succionar, tragar, hablar, sonreír y reír.

¿CÓMO CEPILLARSE BIEN LOS DIENTES?

Para realizarse un buen cepillado es necesario:

1) Contar con los implementos necesarios para realizar esta actividad. Esto es cepillo preferible de cabeza corta y cerdas redondeadas, pasta dental y agua.

2) El cepillado cuidadoso de la cara interna de los dientes debe cepillarse

desde el límite entre los dientes y la encía hacia el borde libre, con un movimiento de barrido que se logra mediante un giro de la muñeca.

3) La cara masticadora hay que apoyar el cepillo y efectuar una serie de movimientos circulares de manera que la punta de las cerdas penetre en los surcos y fisuras. El procedimiento debe efectuarse en todas las piezas inferiores y superiores de la dentadura



4) Debe apoyarse el cepillo con una ligera inclinación sobre la encía, y efectuar una serie de leves movimientos de adelante hacia atrás, sin llegar a desplazar el cepillo. Esta técnica se repite a lo largo de ambas encías tantas veces como sea necesario para conseguir darles un masaje en toda su extensión.



No olvides que cepillar tus dientes los mantiene sanitos y no tendrás caries, además de visitar una vez cada tres meses al dentista, para que te los revise.

Limpieza de nuestra casa

El aseo diario de la vivienda se constituye en una de las principales formas de evitar la contaminación de los diferentes espacios y de prevenir la presencia de plagas y por ende de enfermedades.

Esta rutina incluye:

- 1) La limpieza de la cocina, quitando la basura y limpiando todos los utensilios (platos, cubiertos, canecos, jarras, estantes, cocina).



2) Es necesario barrer y limpiar diariamente la vivienda y sus alrededores, tomando en cuenta que si el suelo es de tierra es necesario humedecerlo, para evitar el amontonamiento de residuos.

3) En el interior de la vivienda es necesaria la limpieza de techos, paredes, puertas, ventanas y muebles, incluyendo

las camas o los chinchorros. Se recomienda mover o cambiar periódicamente de sitio los muebles por lo menos unas dos veces al año.

4) Es importante el aseo diario del baño, letrina o unidad sanitaria para evitar malos olores y proliferación de gérmenes, hongos y bacterias. Para ello es importante usar jabón y desinfectante.

5) La ropa de camas, debe lavarse con cierta periodicidad, dado que allí por falta de aseo se reproducen ácaros que causan problemas en la piel y alergias en las personas.

6) De igual forma la ropa exterior e interior de las personas es fundamental. En lo posible esta ropa debe ser expuesta al sol, con lo cual se logran erradicar muchos microbios.

Es importante ventilar diariamente la vivienda. Para ello se deben abrir puertas y ventanas.

Los alrededores de la vivienda como patios, jardines y solares, deben mantenerse limpios y libres de basuras, para evitar la proliferación de ratas, zancudos, moscos y plagas.



En sitios de tierra caliente en donde proliferan los insectos es importante colocar angeos en las ventanas y utilizar toldillos en las camas. De esta forma se pueden evitar picaduras de insectos y sus consecuentes enfermedades.

Los recipientes con agua para consumo humano y para otros usos, deben mantenerse bien tapados.

El lugar en donde duermen y permanecen los animales debe estar lejos de la vivienda y mantenerse también aseado y libre de estiércol.

Es necesario disponer de canecas o recipientes con tapa para el almacenamiento adecuado de las basuras. Estas deben estar alejadas de la cocina, los dormitorios y el comedor.

...Y no olvide: una vivienda limpia significa salud para todos.

Higiene de nuestra escuela

Una buena higiene solo se logra si las personas aprenden a tener hábitos que propendan por su salud y bienestar. Los hábitos son aquellos comportamientos que se hacen a diario y de manera permanente; sólo se consideran hábitos cuando se practican todos los días.

La escuela se constituye en un espacio fundamental para lograr inculcar hábitos. Los niños y a las niñas deben aprender a:

- Trabajar juntos para mantener limpia la escuela y sus alrededores.
- Barrer la escuela todos los días.
- Recoger la basura de los alrededores de la escuela (todos los niños y niñas deberán participar de esta actividad).
- Tener un sitio dispuesto para almacenar la basura y cada semana quemarla o enterrarla si no pasa el carro recolector.
- Lavar los baños (también es importante que todos los niños y niñas participen de esta actividad).
- Asear los salones o aulas de clase todos los días.
- Rosear las matas y jardines de la escuela.

Fechas especiales que debemos celebrar en la Escuela

3 de septiembre - **Día Mundial de la higiene**

- Feria informativa con exposiciones y socio dramas realizados por los estudiantes

22 de marzo - **Día Mundial del Agua**

- Taller audiovisual dirigido a estudiantes para promover el uso y cuidado del cuidado de agua.
- Feria informativa sobre cuidado y preservación del agua dirigido a la comunidad en general
- Taller dirigido a la comunidad sobre la ionización del agua para consumo.

15 de octubre - **Día Mundial del Lavado de Manos**

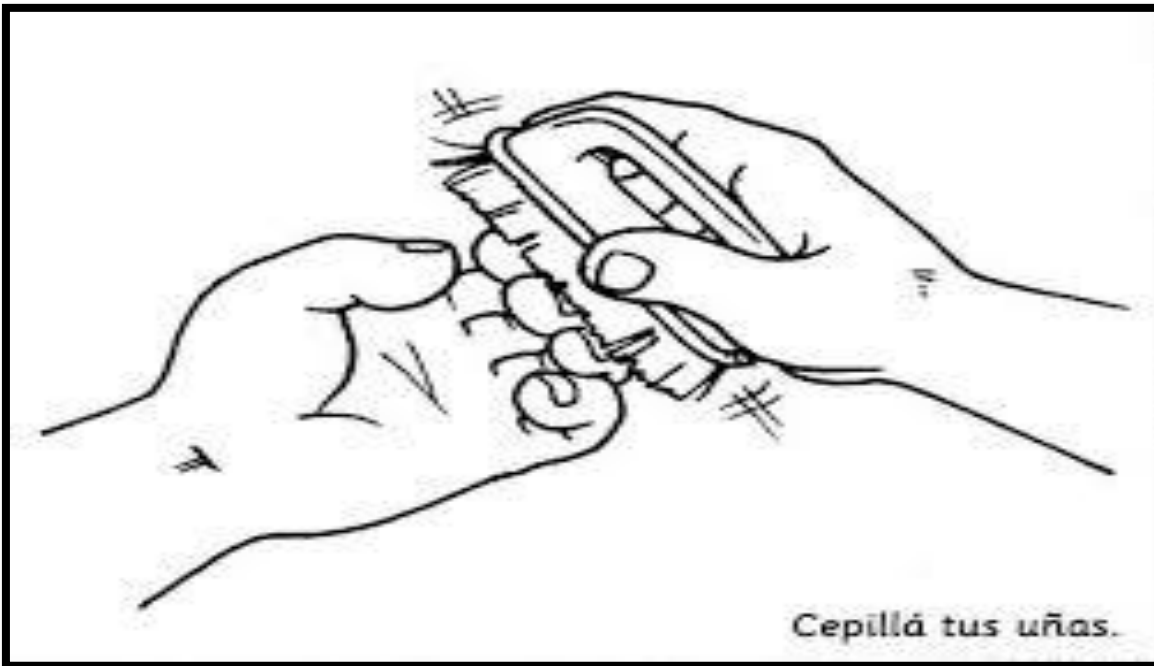
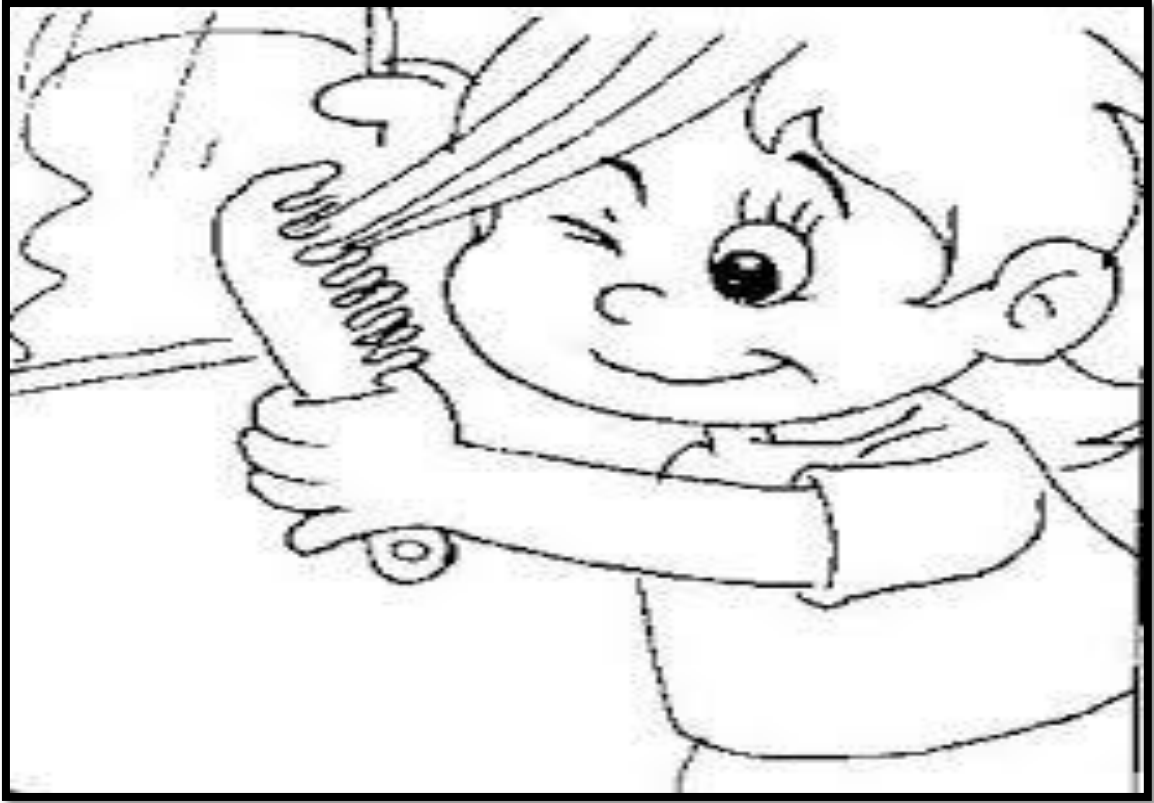
- Actividades recreativas
 - Dotación de jaboncillos y toallas a los estudiantes
 - Feria del lavado de manos
-



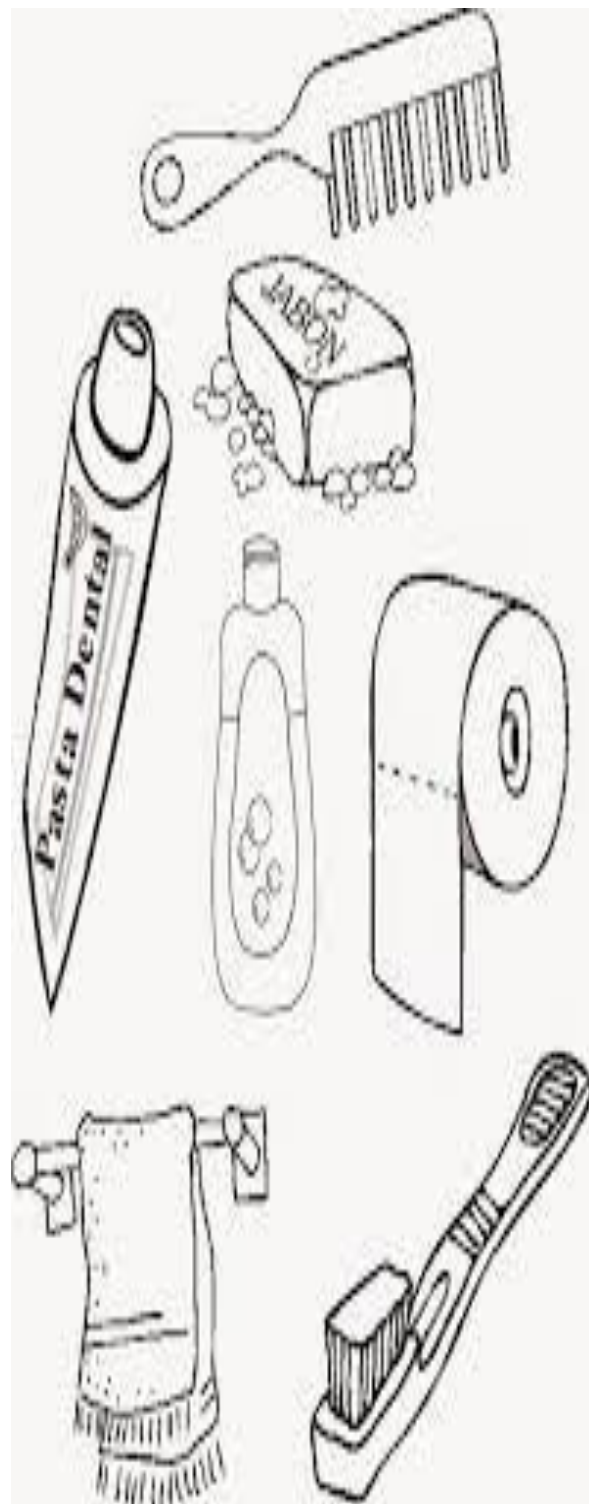
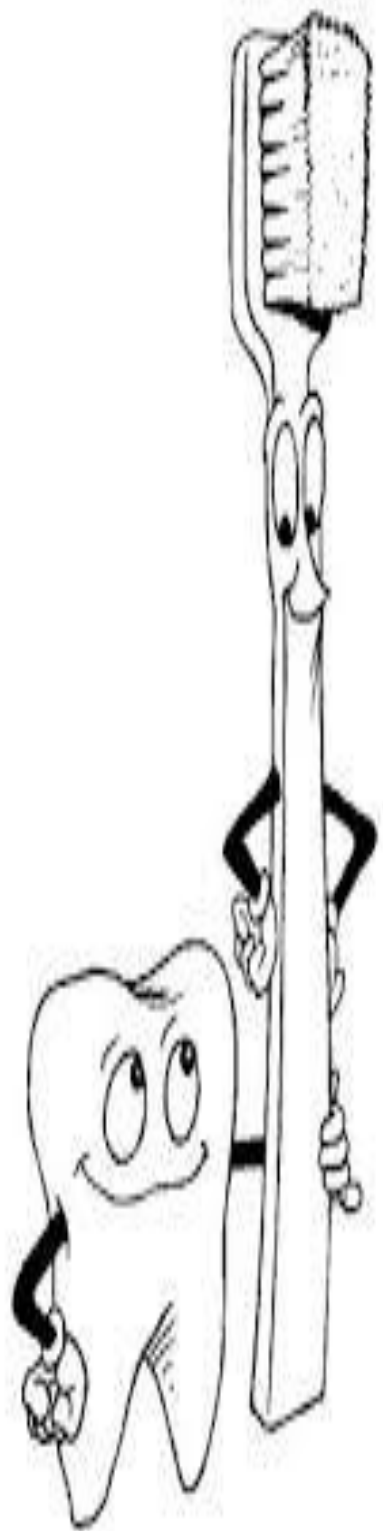
Para Colorear











ANEXO 5

MEMORIA FOTOGRÁFICA

Trabajo de Campo – Recolección de datos y aplicación de instrumentos



Sanitario de la Unidad Educativa



Unidad Educativa Cachuelita Bajo



Validación de la Guía Práctica de Hábitos de Higiene

