

Universidad de Oviedo
Facultad de Formación del Profesorado y Educación

***Yo me cuido: Pedagogía del cuidado a
través de la literatura en Educación
Infantil***

TRABAJO FIN DE GRADO

GRADO EN MAESTRO/A EN EDUCACIÓN INFANTIL

Autora: Carolina Fernández Herrero

Tutora: Elena Avanzas Álvarez

Junio/2022

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	3
2. JUSTIFICACIÓN	4
3. MARCO TEÓRICO	5
3.1. EVOLUCIÓN DEL CONCEPTO DE HIGIENE	5
3.2. LA PRÁCTICA DE HÁBITOS HIGIÉNICOS EN LAS DISTINTAS ETAPAS DE LA HISTORIA Y SU RELACIÓN CON LA EDUCACIÓN	6
4. LA HIGIENE EN LA ESCUELA	8
4.1. JUSTIFICACIÓN DE LA HIGIENE EN LA ESCUELA	8
4.2. LA ESCUELA COMO IMPULSORA DE LA HIGIENE INFANTIL	9
4.3. CORRELACIÓN ENTRE MOTRICIDAD E HIGIENE EN LA ETAPA DE EDUCACIÓN INFANTIL	10
4.4. FRECUENCIA Y REGULARIDAD EN LOS HÁBITOS DE HIGIENE EN LA ESCUELA	10
4.5. LA NECESIDAD DE UN ENTORNO ADECUADO	11
4.6. MATERIALES DE HIGIENE QUE DEBERÍA HABER EN EL AULA	11
4.7. REFUERZO POSITIVO DE LOS HÁBITOS DE HIGIENE	12
4.8. LA HIGIENE CORPORAL	13
4.8.1. Relevancia del lavado de manos	13
4.8.2. Uso del gel hidroalcohólico en niños y niñas	13
4.8.3. Higiene bucodental	15
4.8.4. Higiene en el baño	16
5. LA LITERATURA INFANTIL COMO VEHÍCULO DE ENSEÑANZA DE LA HIGIENE	18
5.1. LECTURAS PARA TRATAR HIGIENE DE MANOS	18
5.2. LECTURAS PARA TRATAR LA HIGIENE BUCODENTAL	20
5.3. LECTURAS PARA TRATAR LA HIGIENE EN EL BAÑO	21
6. PLANIFICACIÓN DIDÁCTICA	24
7. CONCLUSIONES FINALES	36
8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	37
9. ANEXOS	40

1. INTRODUCCIÓN

Tanto la educación para la salud como la higiene han ido evolucionando a lo largo de la historia, no solo en lo relativo al concepto de cada una de ellas, sino también en cuanto a las estrategias y herramientas planteadas y llevadas a cabo para dar respuesta a las necesidades requeridas en la sociedad en cada momento histórico. Por ello, se puede decir que:

La educación para la salud comprende las oportunidades de aprendizaje creadas conscientemente que suponen una forma de comunicación destinada a mejorar la alfabetización sanitaria, incluida la mejora del conocimiento de la población en relación con la salud y el desarrollo de habilidades personales que conduzcan a la salud individual y de la comunidad (OMS, 1998, p.13).

Es por ello que el fomento de determinadas actividades relacionadas con la higiene en la etapa de Educación Infantil tiene especial trascendencia para que los niños no solo aprendan determinados hábitos higiénicos, sino también y más importante aún que consoliden la práctica de dichos hábitos durante toda su vida adulta. La adquisición de “habitualidad” en las pautas higiénicas de los niños desde la Educación Infantil redundará en la prevención de enfermedades futuras e incluso en su rendimiento académico y, posteriormente, laboral.

Podemos entender la higiene como el proceso que hace que una persona cuide su salud, su aspecto y su limpieza para evitar contraer enfermedades y también para conducirse de manera sana en la sociedad en la que vive, siendo la práctica de la higiene de exclusiva responsabilidad de la persona, pero siendo también responsabilidad de determinadas instituciones como la familia o la escuela la enseñanza de determinadas pautas para que aquella pueda llevarse a cabo con eficacia.

“La higiene personal está constituida por el conjunto de cuidados que necesita nuestro cuerpo para aumentar su vitalidad y mantenerse en un estado saludable. Es el concepto básico de aseo, limpieza y cuidado de nuestro cuerpo” (Ghazoul, F., s.f., Maletín Educativo de Salud).

Aunque la higiene en educación infantil abarca muchas variantes, el presente TFG quedará centrado fundamentalmente en relación con los siguientes aspectos:

- Higiene bucodental
- Lavado de manos
- Higiene en el baño

En referencia a estos apartados citados anteriormente hay múltiples temas a tratar; un ejemplo sería la introducción de nuevos hábitos como la aplicación de gel hidroalcohólico desinfectante, hábito de reciente aparición en la sociedad tras la pandemia de COVID-19.

También será interesante hacer hincapié en el miedo que desarrollan algunos niños de la etapa de Educación Infantil a la hora de usar el inodoro. Esto último ha llamado mi atención al conocer esta problemática en el desarrollo de mi práctica profesional. Es por esta razón que en este TFG me gustaría tratar el problema del miedo en la higiene básica, analizando diversas lecturas dirigidas al público infantil sobre estos aspectos. A pesar de ser un tema apenas tratado y con muchas lagunas, me parece necesario hacer referencia al mismo buscando soluciones utilizando como vehículo la literatura infantil. Considero esta última como la mejor herramienta en esta etapa, dado que los niños y niñas de Educación Infantil son muy receptivos a la hora de escuchar cuentos y toda clase de narrativa infantil. Por este motivo, debemos aprovechar este acercamiento que nos proporciona la literatura para conseguir instaurar hábitos higiénicos desde esta edad tan temprana.

Por último, considero importante el papel tanto de la escuela como de los padres para fomentar la higiene en el alumnado, por lo que estos libros son un recurso que ambas instituciones pueden utilizar para fomentar e instaurar estos hábitos en los niños.

2. JUSTIFICACIÓN

De acuerdo con Potter y Perry (2001) “la práctica de la higiene es una cuestión de responsabilidad individual, que se adquiere a través del proceso de educación; y corresponde a padres y maestros/as la labor de inculcar hábitos saludables”.

Una gran parte de las enfermedades que pueden padecer las personas a lo largo de su vida son causadas por hábitos de higiene insuficientes y pautas de salud inadecuadas. La falta de conocimientos relacionados con hábitos saludables, tanto de higiene personal como de salud en general a lo largo de la historia, ha puesto en jaque la vida de muchas personas. Buena prueba de ello es la pandemia en la que nos hemos visto inmersos a nivel mundial desde el año 2020, cuya amenaza sigue estando presente aún a día de hoy.

Una frase popular asegura que “higiene es salud”; sin embargo, un informe publicado por la ONU para la infancia reveló que una tercera parte de la población mundial no implementa las medidas de higiene básicas, siendo los niños el objetivo más vulnerable.

Todo ello me ha hecho reflexionar sobre la necesidad de impulsar el conocimiento y la puesta en marcha de hábitos de higiene y de salud desde edades tempranas, concretamente desde la etapa de Educación Infantil.

Considero fundamental la intervención en las diferentes propuestas de hábitos saludables desde tres ámbitos: la familia, la escuela y la comunidad educativa. Creo también que la proposición y el logro de objetivos desde las mencionadas instituciones educativas es fundamental para llegar a prevenir enfermedades muy relacionadas con la falta de hábitos higiénicos, lo cual contribuye, asimismo, a evitar posteriores repercusiones futuras en la economía y en la sociedad.

“El estudio de la enfermedad se desplaza desde el cuerpo humano a un espacio mucho más amplio, que primero será solo el físico, para devenir finalmente en social” (Urteaga, 1980:15, como se citó en Terrón, 2000).

Todo lo anteriormente expuesto me ha llevado a realizar este trabajo, esperando con ello aportar mi pequeño grano de arena en algo que me parece de suma relevancia y actualidad.

3. MARCO TEÓRICO

3.1.EVOLUCIÓN DEL CONCEPTO DE HIGIENE

Etimológicamente el término higiene deriva de Higia, la diosa de la curación en la mitología griega. Puede decirse que el concepto de higiene es muy amplio y un tanto ambiguo; para Kozier (2005, p.774), la higiene personal es “el autocuidado por el que las personas realizan funciones tales como el baño, el acicalamiento, la higiene personal del cuerpo y el aseo personal”. De acuerdo con Parada (2011), como se citó en Sánchez (2014, p.64) “la higiene procura el bienestar del hombre, enseñándole a preservarse de los agentes que puedan alterar su salud mediante el mantenimiento de su integridad física, intelectual y psíquica”.

La Real Academia Española de la Lengua (RAE) define la higiene como una parte de la medicina que tiene por objeto la conservación de la salud y la prevención de

enfermedades, distinguiendo entre higiene privada, o aquella de cuya aplicación cuida el individuo, y la higiene pública, que es la higiene en cuya aplicación interviene la autoridad, prescribiendo reglas preventivas.

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS) la higiene es el conjunto de cuidados que necesita nuestro cuerpo para aumentar su vitalidad y mantenerse en un estado saludable. Es el concepto básico de aseo, limpieza y cuidado de nuestro cuerpo.

Para Dueñas (2001), la higiene es el conjunto de conocimientos y técnicas que deben aplicar los individuos para el control de los factores que ejerce o puedan ejercer efectos nocivos sobre su salud.

El concepto de higiene puede derivar en múltiples interpretaciones, siendo quizá más adecuado referirnos a culturas de la higiene, en plural, aunque existen diversos estudios que demuestran que la higiene “más allá del significado que cada grupo social puede haberle dado a esa cultura, la higiene individual y colectiva han devenido en prácticas civilizatorias y de socialización, (...) siendo interiorizadas (...) no necesaria o exclusivamente como resultado de una suerte de resignada aceptación, sino como una evidencia de las ventajas y mejoras que podrían lograr” (Márquez, Casas y Estrada, 2004, p.33).

De todo lo anteriormente expuesto, podemos concluir que los conceptos de higiene y salud van siempre de la mano, y que el principal objetivo de la higiene es la prevención de enfermedades y el mantenimiento de la salud.

3.2.LA PRÁCTICA DE HÁBITOS HIGIÉNICOS EN LAS DISTINTAS ETAPAS DE LA HISTORIA Y SU RELACIÓN CON LA EDUCACIÓN

Para millones de personas lavarse las manos, cepillarse los dientes, ducharse, ponerse desodorante o ir al baño son cosas tan evidentes que ni siquiera merecen atención. Pero no siempre y en todas partes ha sido así.

Aunque los antiguos griegos y romanos pasaban largas horas en el baño, cuando la peste negra asoló Europa en el siglo XIV, se consideró que bañarse disminuía la resistencia del organismo y esa idea se mantuvo durante siglos.

Ya en el Antiguo Egipto se le daba mucha importancia a la limpieza. La higiene era algo que ayudaba a conservar la salud, pero en el más allá también había que estar limpio/a. Es por ello que los arqueólogos encuentran en las tumbas egipcias diferentes utensilios de aseo y frascos para cosméticos.

Los egipcios se lavaban varias veces al día. En todas las casas había una jarra para el agua, una palangana y un recipiente para lavarse los pies. Los más ricos disponían de un cuarto especial destinado al baño (Socha y Utnik-Strugata, 2021, p. 19). Fueron también los antiguos egipcios quienes inventaron los primeros tampones, los cuales se elaboraban con hojas de papiro reblandecidas y enrolladas.

Por su parte, para los antiguos romanos bañarse era una forma de entretenimiento. Gran parte de su vida social transcurría en los baños públicos. Disponían de unos enormes baños públicos denominados termas. Y aunque los más ricos disponían de baños privados, la mayoría gustaba de hacerlo públicamente para relacionarse. Las termas eran algo entre un spa y un parque acuático. La gente acudía allí para relajarse, socializar y hablar de negocios. Dejaron de funcionar en el siglo VI, cuando los godos destruyeron los acueductos.

Una etapa histórica importantísima en Europa en lo relativo a la higiene fue la Edad Media. En los baños públicos, mujeres y hombres se bañaban juntos a finales del siglo XV y principios del siglo XVI, lo cual dio pie a decir que los baños inducían al pecado. Sin embargo, lo que más perjudicó la higiene de los europeos fue la peste. Así, en 1347 llegaron desde Asia a Italia barcos llenos de ratas infectados con peste negra, comenzando así una de las epidemias más terribles de la historia de la humanidad (Socha y Utnik-Strugata, 2021).

El filósofo y teólogo medieval Bernardo de Claraval decía que “donde todos apestan” nadie huele mal (Socha y Utnik-Strugata, 2021). Nuestro modo de ver la higiene guarda una relación intrínseca con la cultura y la sociedad en la que vivimos. Así, en los países musulmanes la mano izquierda no se considera lo suficientemente limpia para comer con ella; y para un aristócrata francés del siglo XVII estar limpio significaba cambiarse de camisa, empolvase la cara y echarse perfume.

Cuenta el escritor Sándor Marái (2004) en su libro de memorias *Confesiones de un burgués* que durante su infancia se creía que la práctica habitual de la higiene hacía que los niños se volvieran blandos. Por su parte, los burgueses de finales del siglo XIX solo se bañaban cuando estaban enfermos o iban a casarse.

En el siglo XVIII se obligaba a los habitantes de las ciudades a depositar basura en los espacios asignados para ello y se prohibió la práctica de desechar los excrementos por la

ventana. Beatriz Blasco Esquivias (1998) escribe cómo los vecinos solían arrojar a la calle las aguas impuras y fecales, así como los desperdicios y basuras.

En el siglo XIX Louis Pasteur demostró que en la sociedad había patógenos peligrosos. Los europeos comprendieron que el agua limpia no provocaba enfermedades, sino que podía ayudarnos a combatirlas. Puede decirse que el siglo XIX es el siglo de renovación en lo que a higiene se refiere: 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. Por otro, van apareciendo las primeras medidas de higiene: lavarse las manos y el aseo diario con agua y jabón.

En el siglo XX comienza a introducirse el concepto de higiene en las escuelas y así hacer posible que llegue a todas las clases sociales. Aparecen nuevos hábitos y prácticas higiénicas que evitarán la propagación de un gran número de enfermedades, pero como contrapartida, surgen nuevas patologías como el sida y resurgen antiguas enfermedades como la tuberculosis, todo ello consecuencia de la inmigración hacia países subdesarrollados donde aquellas aún subsisten.

4. LA HIGIENE EN LA ESCUELA

4.1. JUSTIFICACIÓN DE LA HIGIENE EN LA ESCUELA

Los principales motivos de la necesidad de hábitos de higiene en la escuela son los siguientes:

- Evitar la propagación de enfermedades entre los alumnos.

En los últimos años, con motivo de la pandemia originada por el virus SARS-Co V-2, la sociedad ha tenido la ocasión de comprobar la importancia, por ejemplo, de algo tan simple, pero a la vez eficaz como es el lavado de manos.

En este contexto es importante resaltar que en la etapa de Educación Infantil es muy frecuente que los niños y niñas enfermen debido a agentes infecciosos. Las especiales connotaciones de esta etapa educativa hacen que deba hacerse especial hincapié en establecer pautas educativas de higiene encaminadas especialmente a evitar la transmisión de virus y bacterias.

Los niños y niñas son más vulnerables a las enfermedades infecciosas debido a sus comportamientos tales como poner sus dedos en sus narices y boca; además, carecen de hábitos como el uso del pañuelo o lavarse las manos, lo cual es necesario para reducir la transmisión de infecciones (Randle, et al. 2013, como se citó en Avendaño, Casadiego, Salas, Avendaño, Salas, Avendaño y Avendaño, 2020, p.333).

Asimismo, durante esta etapa de la vida es sumamente frecuente la aparición y transmisión de parásitos intestinales, siendo estos últimos microorganismos que entran en el cuerpo del niño a través de una transmisión fecal u oral, y en algunos casos a través de la piel.

“La promoción de la higiene es una herramienta eficaz para reducir el riesgo de reinfección de parásitos intestinales, mejorando así la salud de los niños en las comunidades rurales” (Gungoren, Latipov, Regallet & Musabaeu, 2007, como se citó en Avendaño et al., 2020, p.333). Las enfermedades contraídas de este modo, catalogadas como transmisibles, se caracterizan por la confluencia de tres elementos:

- La fuente de infección: pueden ser personas, animales, alimentos u objetos infectados.
 - El vehículo de transmisión: puede tratarse de un contacto directo, como manos sucias, objetos y alimentos contaminados, etc., o por contacto indirecto (alguien que tose o estornuda cerca de nosotros, etc.).
 - El órgano receptor: puede tratarse de la boca, las manos, los genitales, la piel, etc. (Vacas, 2009).
- Fomentar los hábitos higiénicos como vehículo para conseguir no solo gozar de buena salud, sino también de una buena imagen corporal, lo cual es muy importante para que los niños y niñas posean una sana autoestima, tan necesaria para las relaciones entre ellos en esta etapa y para sus relaciones sociales en el futuro.

4.2. LA ESCUELA COMO IMPULSORA DE LA HIGIENE INFANTIL

Si bien es de sobra conocido que necesariamente la higiene infantil comienza en el hogar del niño/a como primer eslabón de la cadena de hábitos higiénicos y saludables, es la escuela la siguiente institución más importante en cuanto a la implantación de pautas saludables, pues en ella se logra “inculcar adecuados hábitos para conservar la salud y bienestar” (Vargas, 1999).

Aunque tradicionalmente se ha atribuido a la escuela la función de transmitir al alumnado conocimientos estrictamente académicos, en las últimas décadas y especialmente en los últimos años, se ha puesto de manifiesto la importancia de la escuela como prescriptora de la higiene personal.

4.3. CORRELACIÓN ENTRE MOTRICIDAD E HIGIENE EN LA ETAPA DE EDUCACIÓN INFANTIL

Sin la existencia de la motricidad sería imposible inculcarle al alumno o alumna de Educación Infantil hábitos de higiene saludables. Algo tan sencillo e importante a la vez como lavarse las manos, por ejemplo, exige la coordinación de movimientos por parte del niño. Actividades como frotarse las manos con gel hidroalcohólico, secárselas, etc., implican movimientos que necesitan que las capacidades motrices estén desarrolladas. Es por ello que los docentes deberán promover que los niños y niñas coordinen movimientos para que determinadas actividades higiénicas queden implícitas en su vida cotidiana (Vacas, 2009).

De esta forma, los docentes en la escuela deberán reforzar los hábitos de higiene corporal que las familias habrán iniciado con los niños y niñas en el hogar.

4.4. FRECUENCIA Y REGULARIDAD EN LOS HáBITOS DE HIGIENE EN LA ESCUELA

Los docentes trabajarán para la consecución de los objetivos propuestos, hasta conseguir una frecuencia adecuada en los hábitos de higiene. Para Araujo (2011) “un hábito es un comportamiento repetido regularmente; es una acción automática o una rutina que requiere de un pequeño o nulo razonamiento. Por lo general se trata de un proceder aprendido”. La frecuencia del hábito en cuestión puede ser diaria o incluso horaria, como es el caso del lavado de manos, el cual en muchos casos debe realizarse varias veces en una misma jornada para que sea efectivo. Es el caso por ejemplo del lavado de manos después de ir al baño y antes de ingerir algún alimento.

Dado que en la etapa de Educación Infantil el pensamiento de niños y niñas está aún en desarrollo, el docente debe tener en cuenta que los hábitos que pretenden lograrse deben ser los más simples posibles, alcanzando niveles más altos de dificultad según vaya

transcurriendo el tiempo. También deberá tener en cuenta que la implantación de tales hábitos es una inversión para el futuro, puesto que los objetivos no serán alcanzados a corto plazo.

4.5. LA NECESIDAD DE UN ENTORNO ADECUADO

Para el logro de los objetivos será necesario que el niño disponga de los materiales adecuados y que los mismos estén a su alcance. De esta forma si se quiere que los niños y niñas se laven y sequen las manos, deberán tener a su disposición el jabón, así como el agua y la toalla.

También es muy importante comunicar y hacer entender a las familias que los alumnos/as deberán traer prendas de ropa cómodas y sencillas para favorecer su aprendizaje y colaboración con el hábito de vestirse. Es recomendable que la ropa sea de su tamaño, de forma que las prendas no les aprieten, pero tampoco les resulten incómodas por ser excesivamente grandes. Tampoco deberán ir a clase demasiado abrigados dada la existencia de sistemas de calefacción en las escuelas.

Asimismo, las familias deberán ser apercibidas por el profesorado de que determinadas actividades a realizar son susceptibles de manchar la ropa de los niños y niñas y que nunca deberá anteponerse la limpieza de la ropa al disfrute y aprendizaje del alumnado. Es por ello que a veces será necesario que los niños y niñas lleven un mandilón para evitar ensuciar la ropa (Cáceres, 2010).

4.6. MATERIALES DE HIGIENE QUE DEBERÍA HABER EN EL AULA

En relación a lo expuesto en el apartado anterior, los docentes deberían tener preparados los materiales necesarios para que los niños y niñas puedan utilizarlos en su día a día. Dichos materiales serán los siguientes:

- Jabón de manos: éste podrá ser líquido o en pastilla, siendo el primer tipo la opción más higiénica, dado que la versión líquida no es susceptible de ser reutilizada, cosa que sí ocurre con el formato en pastilla. El jabón será utilizado después de utilizar materiales diversos, así como también después de ir al baño o antes de tomar alimentos. Se utilizaría en el baño, pero sería adecuado tenerlo en clase si ésta dispone de un lavabo.
- Cepillo de uñas: se utilizará para eliminar restos de materiales en las uñas, así como de polvo o tierra después de volver del recreo.

- Toallas: se utilizarán para secarse las manos después del lavado de las mismas o para secarse después del lavado de los dientes, evitando así la costumbre tan arraigada entre los niños y niñas de esta etapa de secarse las manos y la cara en la ropa o en el mandilón, motivo éste de múltiples infecciones entre los alumnos/as.
- Toallitas húmedas: las necesitarán para limpiarse mucosidades y secreciones, así como para limpiarse la cara después de tomar alimentos.
- Cepillos de dientes y vasos para enjuagarse: cada niño llevaría ya al comienzo del curso su propio cepillo de dientes y su vaso para enjuagarse, para poder así lavarse los dientes después de comer y mantener una óptima salud bucodental (Vacas, 2009).

El cepillo de dientes no sería necesario tenerlo en el aula, pero sí sería conveniente utilizarlo en el caso de los niños y niñas que acuden al comedor.

En las aulas en las que he estado solo he podido ver la presencia de materiales como las toallitas o el gel hidroalcohólico, pero sería recomendable tener algunos de estos otros materiales también para fomentar una correcta higiene personal.

4.7. REFUERZO POSITIVO DE LOS HÁBITOS DE HIGIENE

Es misión del docente hacer comprender a los niños y niñas que la no realización de un hábito higiénico no conlleva la imposición de un castigo, sino que la realización del mismo implica un premio o una felicitación. De esta forma el alumnado tratará de repetir el hábito al sentirse gratificado por haberlo llevado a cabo, y poco a poco ese hábito se repetirá por parte de niños y niñas cada vez con más regularidad.

El trabajo con los hábitos supone una planificación en el ámbito de la programación didáctica por parte de los docentes, la cual va secuenciada en orden a los tópicos que se siguen en las unidades didácticas y adecuadas a la madurez del niño y temática de las mismas (Martínez, Pérez y Sierra, 2014, p. 152).

Por todo lo anterior, los docentes deberán incluir en la programación didáctica la realización de actividades que incentiven el cumplimiento de hábitos de higiene por parte de niños y niñas, tales como, por ejemplo, ir colocando en una cartulina un distintivo para cada niño o niña cada vez que realice con eficacia un hábito higiénico, premiando su actitud a medida que vaya sumando distintivos, a fin de que la práctica del citado hábito se lleve a cabo con mayor regularidad.

4.8. LA HIGIENE CORPORAL

El agua también juega un papel fundamental en la higiene de manos. Lamentablemente, la contaminación y las prácticas antihigiénicas para su uso causan millones de muertes al año, sobre todo en comunidades en vías de desarrollo. En los últimos años, con motivo de la pandemia de COVID-19, hemos asistido a la irrupción en materia de higiene de un nuevo aliado: el gel hidroalcohólico, sustancia adecuada especialmente para la eliminación de virus y bacterias.

4.8.1. Relevancia del lavado de manos

Aunque la limpieza de manos es algo que ya proviene de civilizaciones como la del Antiguo Egipto, la cual se caracterizaba porque los egipcios se lavaban las manos varias veces al día, no fue hasta el siglo XIX cuando se demostró la importancia del lavado de manos para evitar la propagación de enfermedades.

Es importante saber que para que el lavado de manos sea eficaz ha de hacerse con una técnica adecuada. Para ello debe llevarse a cabo de la siguiente manera: debe usarse agua y jabón. Si solo se utiliza agua no se eliminan los patógenos. Después de mojar las manos se aplicará el jabón. Los niños y niñas deberán frotarse las manos durante al menos unos veinte segundos. Se les puede decir que canten la canción *Cumpleaños feliz* para conseguirlo. No deben olvidarse las uñas ni las yemas de los dedos, ya que en ambas es donde se encuentran la mayor parte de las bacterias.

Después enjuagarán las manos durante diez segundos con agua abundante y se secarán con una toalla o papel desechable. Esta última opción es la preferible en sitios públicos (Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria, s.f., p.118).

4.8.2. Uso del gel hidroalcohólico en niños y niñas

En los últimos tiempos ha surgido un debate en la comunidad educativo en torno al uso del gel hidroalcohólico en la etapa de Educación Infantil, dadas las especiales características del alumnado de esta franja educativa.

Para poder ser utilizado por niños y niñas, este gel ha de cumplir unos determinados requisitos:

- 1) En primer lugar, es de vital importancia que se trate de un gel no solo bactericida, sino también virucida. De lo contrario, el gel carecería de eficacia contra los virus, como es el caso del SARS-CoV-2, que causa una enfermedad denominada Covid-

19. Para comprobar si el producto tiene capacidad virucida, será necesario comprobarlo en el etiquetado del mismo, corroborando que cumple la normativa UNE-EN14476. Además, también será importante que el fabricante muestre el número de registro de AEMPS, lo cual será un aval seguro para la aprobación de este producto por la Agencia Española del Medicamento y Producto Sanitario y con la recomendación del Ministerio de Sanidad (Amar, 2022).
- 2) En segundo lugar, el gel hidroalcohólico deberá tener un porcentaje de alcohol del 60% para ser eficaz. Un porcentaje inferior al 60% conllevaría una desinfección insuficiente, y un porcentaje mayor, como por ejemplo el del alcohol de 96°, se evapora con demasiada rapidez, mermando así su capacidad virucida. Por ello los expertos recomiendan un alcohol del 70%.
- 3) Para ser usado por los niños y niñas, es preferible comprar geles que contengan Bitrex, un amargante que se añade a ciertos productos con el objeto de que si el niño lo ingiere lo escupa inmediatamente antes de poder intoxicarse (Amar, 2022).

Por todas las razones expuestas en los apartados anteriores, resulta obvio que el uso del gel hidroalcohólico deberá limitarse lo más posible en los niños y niñas, y utilizarlo solo cuando no se encuentren disponibles el agua y el jabón. También por todo lo expuesto será el docente el que administre y dosifique el uso del gel hidroalcohólico entre los niños y niñas.

En cuanto a la técnica del lavado de manos con gel hidroalcohólico, según la Organización Mundial de la Salud (OMS) deberá realizarse en los siete pasos siguientes:

- Suficiente cantidad de solución alcohólica.
- Friccionar palma contra palma.
- Friccionar dorso contra palma de la mano contraria y viceversa.
- Friccionar las palmas con los dedos entrelazados.
- Friccionar el dorso de los dedos de una mano con la palma opuesta, agarrándose los dedos.
- Friccionar de forma rotatoria los pulgares.
- Friccionar los dedos contra la palma contraria y viceversa (Fernández-Prada, et al., 2012, como se citó en Avendaño et al., 2020).

4.8.3. Higiene bucodental

Es de vital importancia concienciar tanto al alumnado como a la familia y a la escuela de la necesidad de llevar a cabo una higiene bucodental adecuada. En este sentido, y en lo que compete a los centros escolares, los objetivos específicos en los mismos que deberían llevarse a cabo serían:

- Promover la adquisición de hábitos saludables en materia de higiene bucodental.
- Fomentar el uso correcto de los fluoruros en los escolares.
- Realizar la vigilancia de la salud bucodental en los niños y niñas (Generalitat Valenciana, 2013, p. 26).

Los programas de educación para la salud requieren de la implicación y participación de toda la comunidad. Para aumentar la eficacia de estos proyectos es necesario que se incluyan dentro del proyecto educativo de centro (PEC), ya que es el marco adecuado que permitirá actuar con garantía al facilitar por parte de toda la comunidad educativa la adopción de estilos de vida saludables, a partir de la integración de contenidos curriculares, así como el fomento de un entorno seguro y saludable.

Es fundamental promover entre los niños y niñas los buenos hábitos tanto en lo relativo a la salud bucodental como a la alimentación, ya que la mayor parte de las caries son producidas por una dieta rica en azúcares y carbohidratos. Es por ello que se debe concienciar tanto a las familias como al profesorado sobre estos aspectos.

Especial referencia a las caries en la higiene bucodental en Educación Infantil

Las caries dentales son la enfermedad infecciosa más prevalente entre las afecciones crónicas del niño (Rojas y Echevarría, 2014). Las caries, causadas por una bacteria, se denomina a los menores de seis años caries de primera infancia. El factor clave para la prevención de las caries es el hábito de higiene oral diario, siempre y cuando se lleve a cabo con la frecuencia y eficacia adecuadas, comenzando a una edad temprana y siempre antes del descanso nocturno (Cahuana, Palma, Palacios y González, 2016).

La caries dental es la enfermedad crónica más común que afecta a los niños y niñas de todo el mundo. Esta enfermedad es causada por bacterias que fermentan los carbohidratos procedentes de la dieta, produciendo cambios en el PH de la saliva, generándose así una pérdida de minerales. En etapas tempranas de la vida, esta pérdida de minerales aún no produce una cavidad, y a esto se le conoce como caries incipiente de esmalte o mancha

blanca. En este estado la pérdida de minerales aún es reversible, mediante un proceso de remineralización (Rizzo-Rubio, Torres-Cadavid y Martínez-Delgado, 2016). Es por esto que resultan tan fundamentales las revisiones bucodentales en las primeras etapas de la vida.

Técnica correcta y materiales adecuados para el cepillado de dientes en los niños/as

Durante los primeros seis años de vida, los niños deberán ser ayudados por sus familias, a fin de que el cepillado de los dientes sea realizado de forma eficaz. Para ayudar a sus hijos primero han de aprender los adultos. El Colegio Oficial de Odontólogos y Estomatólogos de España recomienda cepillar primero las caras externas de los dientes, luego las internas, y después cepillarse también la lengua arrastrando las bacterias hacia fuera. También recomienda el uso de cepillos interdentales una vez al día, para eliminar los restos de alimentos que quedan entre los dientes (Morata y Morata, 2019).

El cepillado de los dientes es un tema que está poco presente en las aulas, ya que no es una tarea que se realice allí a diario (como puede ser el lavado de manos), a menos que se trate de un centro donde los alumnos que se quedan al comedor se laven los dientes después.

Sin embargo, considero que al igual que acuden al aula personas para impartir charlas y talleres sobre otros temas como puede ser el ahorro de agua (por ejemplo, los talleres de la Empresa Municipal de Aguas S.A.), debería haber varias sobre la higiene bucodental, pues es un tema de suma importancia que debería tratarse con más frecuencia.

Desde mi punto de vista, el principal problema a la hora de tratar aspectos higiénicos, en este caso concretamente la higiene bucodental, es que se enseña desde el miedo. Por ejemplo, “hay que lavarse los dientes porque si no te pueden salir caries” o “es muy importante cepillarse los dientes porque si no vamos a tener los dientes amarillos”. Lo ideal sería dejar de lado este modelo de enseñanza y pasar a explicar que los dientes se deben lavar porque son los que nos permiten comer, reír, etc., y hacer consciente al alumnado de que son los que tendremos para toda la vida y por ello debemos cuidarlos.

4.8.4. Higiene en el baño

En el proceso de formación de la higiene básica el público infantil puede tener muchas dificultades durante el aprendizaje de éste. Sin embargo, muchas de dichas dificultades

pueden estar provocadas por el miedo. El miedo puede ser la principal causa de que los niños y niñas no puedan lograr realizar correctamente las tareas de higiene básica.

Una de las principales tareas que en ocasiones no pueden llevar a cabo de manera correcta debido al miedo es sentarse en el inodoro. Esto puede deberse a una imaginación excesiva y a visualizar el inodoro como algo mágico. Pero también puede deberse a otras razones:

Un cambio importante en la vida de un niño puede causar su regresión durante el entrenamiento para el baño. La regresión puede deberse a razones similares, mucho después de completar el entrenamiento para el baño. Un nuevo bebé en la familia, mudarse a una nueva casa, conflictos familiares o cualquier otra situación estresante puede ocasionar que su hijo regrese a un nivel previo de dominio del baño, incluyendo posiblemente mojar la cama, la enuresis, retener los excrementos e incluso defecar en lugares incorrectos (Guía para el entrenamiento para el inodoro, 2003).

Hay otros motivos por los que se puede dar este problema, algunos relacionados con la sensación de desprenderse de algo interno; consideran que están perdiendo una parte de sí mismos al defecar. No obstante, también puede darse el caso de que tengan miedo de lo que sale de su propio cuerpo (Blanca Torres, 2015).

El miedo a sentarse en el retrete es un problema más común de lo que pensamos. A lo largo de mi práctica profesional he podido ver dos casos, y la raíz del problema siempre está en el hogar. Suelen ser niños/as a los que les ha costado habituarse a ir al baño en casa y, por tanto, también les resulta difícil ir en el colegio. Les ha llevado tiempo tomar confianza con el retrete de su casa y, a su vez, les llevará tiempo adaptarse a los del colegio.

Algunos de los pasos que suelen seguir las familias para ayudar al niño a acostumbrarse al inodoro es empezar primero por el orinal. Pues hay padres y madres que en cuanto el niño abandona los pañales intentan que pase al inodoro directamente, sin permitirle un acercamiento a lo más similar (que sería el orinal). El orinal puede ser el mejor amigo del niño en este proceso, ya que ejerce un papel de intermediario. De hecho, para hacer esta tarea más llevadera y atractiva para los niños y niñas, existe en el mercado una gran variedad de orinales infantiles con diferentes formas y dibujos que faciliten la apetencia por parte de los niños/as del uso de los mismos.

También se da el caso de niños/as que no tienen miedo de sentarse en el inodoro, pero sí de ir solos al baño, necesitan que alguien les acompañe.

5. LA LITERATURA INFANTIL COMO VEHÍCULO DE ENSEÑANZA DE LA HIGIENE

A menudo, tanto el profesorado como las familias se encuentran en situaciones en las que no saben cómo explicar o acercar determinados conceptos al alumnado. Por esta razón, en multitud de ocasiones recurren a la literatura infantil, ya sea para explicar aquello que no consiguen desarrollar o para reforzar un contenido ya dado. Pues la literatura no solo sirve como entretenimiento, sino como apoyo educativo.

En el caso de la educación para la salud, a la hora de realizar o explicar determinadas tareas higiénicas se necesita aún más el componente visual para poder comprender la correcta realización de los procesos higiénicos diarios; para ello, se parte de aquellas lecturas en las que la ilustración tiene más protagonismo que el texto, algo bastante común en las obras dirigidas al público infantil. El álbum ilustrado es el que tiene más éxito en estos casos, pues suele tratarse de ilustraciones sencillas y esclarecedoras que capta rápidamente la atención de los lectores infantiles.

La literatura puede ser una buena amiga para tratar aquellos problemas y miedos infantiles que pueda tener el alumnado a la hora de asearse. Por ello, analizaremos los siguientes cuentos que podrían ayudar a tratar estos problemas.

5.1. LECTURAS PARA TRATAR HIGIENE DE MANOS

Hay varios cuentos que se pueden leer en el aula para concienciar al alumnado sobre la importancia de las distintas tareas higiénicas. He escogido los siguientes porque considero que son herramientas muy válidas para tratar estos aspectos higiénicos y que el alumnado los vea de una forma divertida. Asimismo, se trata de historias cuyos protagonistas son personajes con edades similares a la de los alumnos/as, lo que hace que estos últimos se sientan identificados.

Algunos de los libros que se pueden utilizar en el aula para tratar el lavado de manos son los siguientes:

- **¡Lávate las manos!**, de Tony Ross. Traducción de P. Rozarena. (Anexo 1)

Se trata de una princesa que no quiere lavarse las manos y no entiende por qué es algo tan importante. Después de realizar prácticamente cualquier tarea todos le dicen que se lave las manos, pero nadie le explica el motivo. Hasta que su doncella le cuenta que si no nos

lavamos las manos se acumulan en nuestras manos muchos microbios y bacterias, los cuales no podemos ver porque son muy pequeños.

Le explica también que si nos lavamos las manos podemos hacer que desaparezcan y así no enfermamos, por lo que la princesa desde entonces siempre se lavó las manos después de estar en contacto con todo aquello que pueda acumular suciedad.

Este libro tiene muy poco texto, por lo que es ideal para que el alumnado de 5 años comience a leer. No obstante, también es muy adecuado para que el docente lo lea al alumnado de menor edad, ya que se le da mucho protagonismo a las ilustraciones.

Un punto negativo de esta historia es la estrategia conductual que utiliza, basada en animar al alumnado a lavarse las manos desde el miedo, es decir, desde el miedo a enfermarse si no las lavamos, de contraer microbios y bacterias, etc. Considero que la forma más adecuada de enseñar al alumnado sobre este tema sería concienciarle de la importancia de la higiene de manos y no asustándoles.

- **Wash your hands!** , de Margaret Mcnamara

Este libro está escrito en inglés y podría ser adecuado para el alumnado de 5 años. Aparte de servir como aproximación al inglés (tanto escrito como hablado, ya que sería para que el docente lo leyera en alto a la clase) también serviría para que el alumnado aprendiese a lavarse las manos correctamente.

Este libro cuenta la historia de unos niños que llegan un día a clase resfriados. La maestra les explica que hay muchos gérmenes y que para combatirlos es muy importante que se laven las manos. Para ello les explica los pasos a seguir en esta tarea higiénica y les enseña una canción para cantar mientras la realizan (Anexo 2).

Con motivo de la pandemia de coronavirus han surgido multitud de historias dirigidas al público infantil para ayudar a éste a comprender y sobrellevar la situación. Algunos de estos libros vieron la luz durante la cuarentena, por lo que los subieron a internet para que estuvieran al alcance de todos. Un ejemplo de estos libros es el siguiente:

- **Rosa contra el virus**, de Mercedes Bermejo Boixareu y el Colegio Oficial de Psicología de Madrid

El coronavirus es un tema muy delicado y difícil de tratar con los niños y niñas, por lo que esta lectura opta por la sencillez y claridad, desde los textos cortos hasta los dibujos

esclarecedores. De esta forma, explica cómo podemos protegernos del virus desde una forma positiva y no desde el miedo.

Asimismo, también hace referencia a la cuarentena, una época poco agradable y llevadera por la que han tenido que pasar también los niños y niñas. Dado que este libro surgió en este momento, alienta a los escolares a tener paciencia y ver las tareas divertidas que también se pueden realizar en casa (Anexo3).

5.2. LECTURAS PARA TRATAR LA HIGIENE BUCODENTAL

Algunos cuentos que podemos utilizar para tratar el tema de la higiene bucodental en el aula son los siguientes:

- **Los dientes de Blanquita**

Esta historia forma parte de un libro titulado *Banana Split*, de Verónica Coello, que cuenta asimismo con otras historias. Centrándonos en la de Blanquita, cuenta la historia de una niña que decide dejar de lavarse los dientes y entonces éstos la abandonan por no cuidarlos lo suficiente (Anexo 4). Blanquita se da cuenta de que sin los dientes no puede hablar bien ni reírse, así como tampoco comer su comida favorita. Entonces Blanquita le promete a su diente de leche (que era el único que no la había abandonado) que va a cuidarlos bien a partir de ahora, por lo que los dientes regresan. Desde entonces los dientes de Blanquita fueron muy bien cuidados, ya que ella los lavaba varias veces al día con cepillo de dientes, usaba seda dental e incluso enjuague bucal.

A mi parecer el cuento es muy adecuado para leerse al alumnado de Infantil, pero educa desde el miedo: miedo a que salgan caries si no nos lavamos bien los dientes, miedo a que los dientes nos abandonen si no los cuidamos lo suficiente, etc. Considero que lo ideal sería tratar el tema desde la importancia de tener una buena higiene bucodental, pero no necesariamente desde el miedo, sino simplemente mostrando lo necesario que es tener una buena salud bucal.

No obstante, es un buen cuento y muy adecuado para el público infantil, a quien sin duda le parecerá muy interesante y captará su atención desde el principio.

- **Cómo enseñar a tu cocodrilo a lavarse los dientes**, de Jane Clarke.

Traducción de Bárbara Fernández.

Algo muy favorable de este libro es que muestra los pasos a seguir a la hora de lavarnos los dientes.

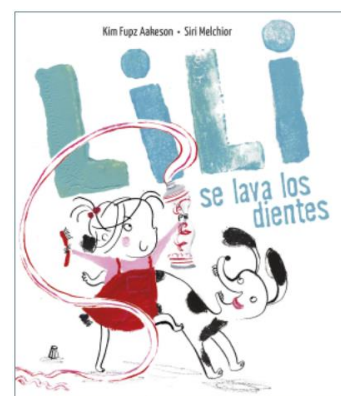


Además, a diferencia de la historia anterior este cuento no trata el tema de la higiene bucodental desde el miedo, sino desde la importancia de lavarnos los dientes, viéndolo como una tarea divertida y utilizando elementos que puedan hacernos ver el proceso como algo más ameno (por ejemplo, la pasta de dientes puede ser con sabor a fresa). Asimismo, el hecho de que el protagonista de la historia puede resultar llamativo para los niños y niñas: *¿Los cocodrilos también se lavan los dientes?*

- **Lili se lava los dientes**, de Kim Fupz Aakeson y Siri Melchior.
Traducción de Edelvives.

Se trata de un álbum ilustrado que tiene como protagonistas a una niña algo traviesa llamada Lili y a su perro. Lili quiere demostrar que ya sabe lavarse los dientes sola, y en cada página va contando los pasos a seguir en dicho proceso higiénico.

Debido al poco texto que hay en cada página y a que está escrito en mayúsculas es un libro ideal para que el alumnado comience a leer. Es una lectura sencilla, ya que no es una historia como tal, sino una sucesión de pasos a seguir para lograr un objetivo que, en este caso, es lavarse los dientes.



5.3. LECTURAS PARA TRATAR LA HIGIENE EN EL BAÑO

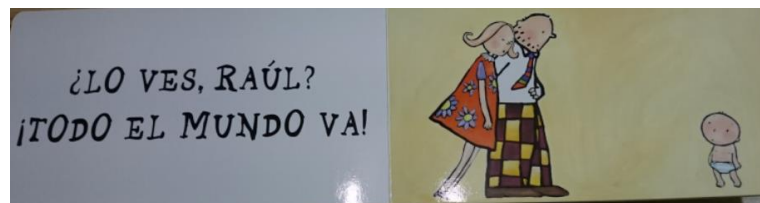
Los siguientes libros son algunas de las obras que pueden ayudar a los niños y niñas a dejar a un lado sus miedos en lo que se refiere a acudir al baño.

- **¡Todo el mundo va!**, de Émile Jadoul.
Traducción de Violante Krahe Bloyard

El autor de este álbum ilustrado es Émile Jadoul, quien también es autor de otros álbumes, uno de los cuales vamos a analizar posteriormente.



Este álbum trata sobre ir al baño, pero la sorpresa de esta historia es que no se sabe a dónde van hasta el final. Se trata de una serie de personajes de diversa índole (un vaquero, una bruja, una princesa, una mamá, etc.) que se dirigen al mismo lugar: al baño. Al final de la historia se ve a un padre y a una madre explicándole al niño pequeño, el cual aparece en pañales dando a entender que no ha usado nunca el inodoro, que todo el mundo va al baño.



La historia termina con un final feliz con el niño sentado en el retrete, porque decidió que como todo el mundo iba al cuarto de baño, él también sería capaz de ir.

Esta es una historia que considero muy beneficiosa para los más pequeños, ya que retrata a personas de su entorno y su vida diaria como pueden ser su papá o su mamá, pero también a personajes fantásticos a los que admiran; es decir, aparecen todos aquellos posibles referentes para el niño realizando una tarea que le resulta difícil.

Considero que es un cuento muy sencillo, que mantiene el interés, ya que desde el principio el público lector quiere saber a dónde van tantos personajes. Además, cada personaje tiene un dibujo que representa un elemento característico suyo (por ejemplo, la princesa tiene un castillo). Desde mi punto de vista lo más importante de esta historia es que no utiliza el miedo para animar al niño a ir al baño, sino que intenta hacerle ver que es algo natural que hace todo el mundo y que, por ende, él también es capaz de hacerlo.

- **¡Tengo pipí!**, de Émile Jadoul

Esta historia está escrita por el mismo autor que el álbum anterior. En esta ocasión el protagonista es un pequeño pingüino llamado León, al que sus padres tienen que acompañar cada noche al baño porque tiene miedo a ir solo.



En cada dibujo se refleja el cansancio de los padres por tener que despertarse todas las noches para ir con su hijo al baño, de modo que la madre decide hablar con él y explicarle que los pingüinos grandes hacen pipí solos, animándole a que lo intente.

La historia termina con León enfrentándose a su miedo y consiguiendo ir solo al baño, y yendo a transmitir la buena noticia a su familia.

Algo que destaco de este cuento es que es ideal para un primer acercamiento a la lectura, dado que tiene muy poco texto y los dibujos tienen gran protagonismo.

- **Voy sola al baño**

Lo que diferencia a este libro de los anteriores es que dispone de diversos sonidos (sonido de la cisterna, de las heces al caer, de la orina, etc) que se pueden añadir a la hora de contar la historia.

La protagonista es una princesita que ya aprendió a ir sola al baño y cuenta los pasos que hay que seguir para realizar esta tarea. Es el más detallado, pues también habla de tirar de la cisterna, algo que los anteriores cuentos no mencionaban.



- **Doro el inodoro**, de Oliva Calvente.

Este libro fue editado por el Ayuntamiento de Gijón y la Empresa Municipal de Aguas (EMA) de Gijón con motivo del Día Mundial del Retrete 2020. Cada página cuenta con el texto escrito en castellano y justo debajo en asturiano (Anexo 5).

Lo característico de este libro es que, aparte de mostrar cómo va toda la familia al baño, también explica lo que se puede y no tirar al váter. Anima a los niños y niñas a no contaminar y a no malgastar el agua. Además explica cómo funciona el váter, a dónde va lo que tiramos en el interior del mismo, etc., algo que pocas veces se les explica a los niños porque “es muy difícil de entender para ellos”. Esto puede resultarles muy interesante.

Lo que destaco de estas lecturas es que animan al alumnado a ir al baño, pero sin la necesidad de que sea desde el miedo, es decir, no les animan a ir al baño “porque si no le va a pasar esto o lo otro”, sino desde la igualdad y el refuerzo positivo, siendo la tarea de ir al baño algo que realizan todos los seres humanos y cuyas consecuencias nunca van a ser negativas.

6. PLANIFICACIÓN DIDÁCTICA

UNIDAD DIDÁCTICA: ¡NOS CUIDAMOS!

La presente unidad didáctica se titula *¡Nos cuidamos!* Está dirigida al alumnado del segundo ciclo de Educación Infantil, concretamente al de 4 años.

Esta unidad se llevará a cabo durante el segundo trimestre, para que el alumnado ya haya tenido la oportunidad de desarrollar un poco su autonomía. La temporalización será de nueve sesiones, distribuyéndose estas en tres días por semana (lunes, miércoles y viernes).

6.1. OBJETIVOS

El principal objetivo de esta unidad es crear hábitos de higiene correctos desde edades tempranas.

Los **objetivos específicos** de aprendizaje que se pretenden conseguir con la unidad son:

- Fomentar la autonomía del alumnado a la hora de realizar las tareas higiénicas.
- Transmitir la necesidad del cuidado responsable a través de la higiene.
- Conseguir una buena práctica de hábitos higiénicos y una correcta técnica de los mismos.
- Alcanzar y mantener un nivel óptimo de salud individual y colectiva.
- Concienciar a los niños y niñas de la importancia de llevar a cabo las mencionadas prácticas higiénicas a diario.

Tomando en consideración el Decreto 85/2008, de 3 de septiembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de Educación Infantil los objetivos que se dan en el currículo de Educación Infantil relacionados con esta unidad son los siguientes:

Objetivos del área 1: *Conocimiento de sí mismo y autonomía personal*

- Formarse una imagen personal ajustada y positiva de sí mismo a través de la interacción con las otras personas en un medio cálido y seguro, y de la identificación gradual de las propias necesidades, características, posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima y autonomía personal.
- Aumentar el sentimiento de autoconfianza y la capacidad de iniciativa para realizar de manera cada vez más autónoma actividades habituales y tareas sencillas, así como para resolver problemas que se planteen en situaciones de juego y de la vida cotidiana y desarrollando estrategias para satisfacer sus necesidades básicas.
- Progresar en la adquisición de hábitos y actitudes relacionados con la seguridad, la higiene y el fortalecimiento de la salud, apreciando y disfrutando de las situaciones cotidianas de equilibrio y bienestar emocional.

Objetivos del área 2: *Conocimiento del entorno*

- Observar y explorar de forma activa su entorno, formulando preguntas, interpretaciones y opiniones sobre algunas situaciones y hechos significativos, y mostrando interés y curiosidad por su conocimiento y vinculándose afectivamente con su entorno inmediato.

Objetivos del área 3: Lenguajes: comunicación y representación

- Expresar necesidades, emociones, sentimientos, deseos e ideas mediante la lengua oral y a través de otros lenguajes, eligiendo el que mejor se ajuste a la intención, a la situación y a sus posibilidades.
- Comprender las intenciones y los mensajes y progresar en la interpretación de las intenciones comunicativas de las demás personas adoptando una actitud de respeto y aprecio hacia las lenguas que usa, oye y aprende.

6.2. CONTENIDOS

Tomando en consideración el Decreto 85/2008, de 3 de septiembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de Educación Infantil, los contenidos que se dan en el currículo de Educación Infantil relacionados con esta unidad son los siguientes:

- Exploración del cuerpo humano. Identificación y aceptación progresiva de las características propias. Concienciación y desarrollo progresivo del esquema corporal.
- Experimentación de las referencias espaciales en relación con el propio cuerpo.
- Utilización de los sentidos. exploración de sensaciones y percepciones.
- Identificación, manifestación, regulación y control de las necesidades básicas del cuerpo. Confianza en las capacidades propias para su satisfacción.
- Exploración y valoración de las posibilidades y limitaciones perceptivas, motrices y expresivas propias y del resto de las personas. Confianza en las habilidades adquiridas e iniciativa para aprender habilidades nuevas.
- Construcción, comprensión y aceptación de reglas para jugar, participación en su regulación y valoración de su necesidad, y del papel del juego como medio de disfrute y de relación con las demás personas.
- Iniciativa y progresiva autonomía en la realización de las actividades de la vida cotidiana. Regulación del propio comportamiento, satisfacción por la realización

de tareas acordadas y conciencia de la propia competencia. Hábito de planear, realizar y revisar lo hecho.

- Acercamiento a las normas básicas que regulan la vida cotidiana. Planificación secuenciada de la acción para resolver tareas. Aceptación de las propias posibilidades y limitaciones en la realización de las mismas.
- Exploración de acciones y situaciones que favorecen la salud y generan bienestar propio y del resto de las personas. Actitud relajada y ajustada a las diferentes situaciones que favorezcan la estabilidad emocional.
- Reconocimiento de las necesidades básicas y su relación con la práctica de hábitos saludables: higiene corporal, alimentación y descanso. Utilización adecuada de espacios, elementos y objetos. Actitud de confianza en la petición y aceptación de ayuda adecuada para resolver situaciones que la requieran. Valoración del buen trato y de la actitud de ayuda de otras personas.
- Reconocimiento de la necesidad y aceptación de las normas de comportamiento establecidas durante las comidas, los desplazamientos, el descanso y la higiene.
- Identificación y valoración crítica ante factores y prácticas sociales cotidianas que favorecen o no la salud.
- Interés por la observación y exploración de objetos y materias presentes en el medio, reconocimiento de algunas de sus funciones y usos cotidianos. Actitud de respeto, valoración y cuidado hacia objetos propios y ajenos.

6.3. METODOLOGÍA

La metodología aplicada en esta unidad se caracteriza por ser activa, buscando la continua participación del alumnado de manera que se construya el aprendizaje conjuntamente con el docente sin dar éste todas las respuestas. Así también se fomenta la mejora en la adquisición de conocimientos. Se busca que el alumno sea el protagonista de su propio aprendizaje para así lograr un aprendizaje más significativo fortaleciendo su motivación.

Se parte de lo lúdico con el fin de llamar la atención del alumnado y evitando así la monotonía. Se trata de crear un ambiente rico en estímulos a través de juegos para dar lugar a un aprendizaje dinámico.

Para que la unidad sea significativa es esencial hacer a los alumnos y alumnas protagonistas de ella, fortaleciendo su motivación y estimulando sus ganas de aprender.

Respecto al aprendizaje significativo mencionado anteriormente se pretende que los niños/as puedan relacionar la información nueva con la previa. Por ello, partimos de lo que ya conocen para pasar a nuevos conocimientos.

Al comienzo de cada nueva sesión se intentaría hablar y hacer preguntas al alumnado sobre los materiales anteriores a modo de repaso, para ayudar a fijar los nuevos conocimientos.

En lo que respecta al refuerzo del alumnado, para mantener un seguimiento y comprobar que los niños/as realizan las tareas higiénicas correctamente y a la vez animarles a que sigan haciéndolo, se utilizará una economía de fichas. Este procedimiento tiene como objetivo reducir aquellas conductas no deseadas o incorrectas y potenciar las adecuadas o las que se pretenden conseguir. En la economía de fichas el docente establecerá un refuerzo único generalizado, que en este caso serían pegatinas con caras sonrientes y tristes. Para implantar la técnica en el aula el docente confeccionará una lista con las acciones por las que el alumnado será premiado con una cara sonriente y otra en la que se indique las acciones por las que se les dará una cara triste.

Se intentará animar al alumnado al comienzo de programa de refuerzo estableciendo algunos premios semanales. Por ejemplo, si todo el grupo logra tener al menos 3 caritas sonrientes esa semana el premio puede ser que el viernes (al ser el último día lectivo de la semana) tengan más tiempo de recreo, que vean una peli, que tengan más tiempo de juego, etc. Asimismo, es muy importante apoyar el refuerzo físico (la pegatina) con uno social, como una sonrisa o un elogio en el caso de que haga algo bien.

Esta economía de fichas se llevaría a cabo durante un mes, y objetivo es que al finalizar los alumnos/as tengan más caras sonrientes que tristes. Cuando lo consigan se les dará una recompensa final que puede ser, por ejemplo, una fiesta. En el caso de que haya más caritas tristes o que haya el mismo número de las dos, no se conseguirá la recompensa.

Para que este método sea efectivo, es muy importante que el alumno/a tenga claro el motivo por el que se le da la ficha, ya sea como refuerzo o como castigo. Por ejemplo, podemos decirle: “Conseguiste una carita sonriente porque te lavaste las manos antes de almorzar”. Además, también tiene que ser él quien pegue la pegatina en la cartulina, la cual tiene que estar en lugar visible durante todo el día para que sepa cuántas fichas “buenas” y “malas” tiene y cuánto le queda para terminar.

6.4. ACTIVIDADES

HIGIENE BUCODENTAL

Tras haber dedicado una semana a la lectura y realización de actividades relacionadas con el lavado de manos, dedicaremos la siguiente semana a la higiene bucodental.

1ª sesión

El docente introducirá el tema haciéndoles a los niños/as algunas preguntas para que reflexionen sobre la higiene dental: *¿Para qué sirven los dientes? ¿Os laváis los dientes a menudo? ¿Cómo los laváis? ¿Qué utilizáis para lavarlos? ¿Creéis que los cuidáis bien?*

La primera historia que leeremos será la de *Los dientes de Blanquita*. Tras la lectura presentaremos a Dientín, explicando que es el diente que permaneció con Blanquita cuando todos los demás se fueron, y que él nos va a ayudar a tener unos dientes sanos. Dientín será la mascota de la clase durante ese mes.

Utilizaremos un peluche de un diente como mascota de la clase durante esa semana (Anexo 6). Será el diente que aparece en *Los dientes de Blanquita*, que es el primer libro que leeremos sobre este tema. Dientín (el peluche) nos acompañará esa semana y nos servirá para explicar las actividades, pues el alumnado siempre se interesa más cuando se utiliza a las mascotas de la clase a la hora de explicar.

Cada vez que se lea un libro se hablará después sobre él. El docente hará preguntas a los alumnos/as sobre la historia a través de Dientín con el fin de que reflexionen.

Tras leer *Los dientes de Blanquita*, el docente explicará a los alumnos/as que Dientín está en apuros y necesita su ayuda: *¡Hola niños y niñas! Mis amigos los dientes y yo hemos encontrado a otros niños/as que necesitan vuestra ayuda. Sus dientes están muy sucios y si siguen así van a tener muchas caries, espero que podáis ayudarles con todo lo que habéis aprendido.*

El docente procederá a repartir a cada alumno un dibujo de un diente plastificado, con varias manchas de suciedad que previamente habrá pintado con rotulador. Después se proporcionará a cada escolar un cepillo de dientes y se les pedirá que eliminen las manchas con dicho cepillo. Dado que el diente está plastificado, las manchas podrán desaparecer simplemente frotando un poco. De esta forma trabajan la motricidad fina y practican el cepillado de dientes.

2ª sesión

El siguiente libro que se leerá será *Cómo enseñar a tu cocodrilo a lavarse los dientes*, y tras la lectura de la historia se mostrará al alumnado una boca de un cocodrilo que habrá realizado el docente. Los dientes estarán hechos con porexpán y se habrá introducido entre ellos plastilina, simulando comida que queda entre los dientes. Se le dará al alumnado limpiapiipas a modo de seda dental, y deberán retirar la plastilina de los dientes del cocodrilo.

El objetivo tanto de esta actividad como de la anterior es que se vayan familiarizando con el uso del cepillo y de la seda dental para así poder utilizarlo correctamente.

3ª sesión

Por último, se leerá el libro titulado *Lili se lava los dientes*. Después acudirá al aula una enfermera o higienista dental para realizar un taller del proyecto *La conquista de la boca sana*, un proyecto de uno de los programas de educación y promoción de la salud en la escuela en el que colaboran las Consejerías de Educación y Cultura, y Sanidad del Principado que pretende desarrollar hábitos y actitudes saludables en lo relativo al cuidado de la boca.

Tras finalizar el taller el docente acudirá con los alumnos y alumnas al baño y se lavarán los dientes siguiendo los pasos que indica Lili en el libro y teniendo en cuenta los consejos que les proporcionó la higienista dental o enfermera que impartió el taller.

Para dar fin al tema de la higiene bucodental pero no dejarlo en el olvido, cada niño/a se llevará a Dientín un fin de semana a casa. Previamente el docente le habrá puesto varias pegatinas oscuras al peluche simulando manchas, tendrá tantas pegatinas como niños/as hay en clase. Cada vez que un alumno se lleve a Dientín a casa, su familia le hará una foto con Dientín lavándose los dientes (el docente habrá solicitado la colaboración de las familias con antelación), y si realiza la tarea correctamente podrá quitarle una pegatina a Dientín, y así sucesivamente con el resto del alumnado.

El objetivo es que el alumnado siga llevando a cabo una buena higiene bucodental diaria el resto del curso y que, al final de éste, se haga un álbum de fotos con las fotos de los alumnos/as lavándose los dientes para que vean su propio progreso.

HIGIENE DE MANOS

1ª sesión

El docente comenzará la clase hablando sobre el lavado de manos: *Me acabo de lavar las manos, ¿vosotros os laváis las manos?, ¿Os laváis las manos muchas veces al día? ¿Cuándo os las laváis?, ¿Antes de comer?, ¿Y con qué os laváis las manos?*

Ahora tenemos que lavarnos mucho más las manos porque hay un virus muy malo por ahí... seguramente ya sabéis cuál es, ¿me podéis decir cómo se llama? Eso es, coronavirus, y desde que el virus anda por ahí hay otra cosa que echamos para limpiarnos las manos, ¿sabéis cómo se llama? Gel. Por eso es muy importante que tengamos las manos todo lo limpias que podamos.

Después el docente procederá a leer *¡Lávate las manos!* y reflexionará con el alumnado sobre la historia.

A continuación, realizarán una actividad para entender lo fácil que es propagar los virus y la importancia de mantener las manos limpias para evitar que se extiendan. Para ello, el docente echará en las manos de cada alumno/a purpurina y luego les pedirá que intenten quitarse la purpurina de las manos. Los niños verán que no consiguen quitarla y entonces el docente les llevará al baño y les dirá que lo intenten lavándose las manos con jabón. El docente les explicará que esto mismo es lo que pasa con los virus y la suciedad, y que por eso es importante lavarnos las manos, ya que, aunque no lo veamos, los virus están ahí si no las lavamos.

2ª sesión

El docente comenzará la sesión leyendo *Rosa contra el virus*. Preguntará al alumnado si conoce la historia, ya que surgió en cuarentena y, al estar disponible en internet, es probable que algún niño o niña la conozca.

Después explicará al alumnado cómo nos tenemos que echar gel hidroalcohólico, mostrándoles cómo lo tenemos que esparcir en las manos, y luego le dará a cada alumno/a un poco de gel para que se desinfecten las manos siguiendo los pasos que acaba de explicar.

3ª sesión

Por último, se leerá el cuento *Wash your hands!*, traduciendo después cada frase para que el alumnado lo entienda.

Después el docente irá con los alumnos/as al baño y se lavará las manos con ellos, siguiendo los pasos que explicó en la sesión anterior. Mientras se lavan las manos cantará la canción que cantan en la historia, para marcar así el tiempo que tiene que durar el lavado de manos.

HIGIENE EN EL BAÑO

1ª sesión

El docente comenzará la sesión leyendo al alumnado *¡Tengo pipí!* Luego preguntará a los niños y niñas si ellos/as van solos/as al baño y, en caso de que no, preguntará el motivo.

Después tendrá lugar el juego simbólico. Para ello, el docente llevará a clase un váter de cartón que habrá construido previamente y los niños y niñas tendrán que simular que van al baño, diciendo en voz alta lo que van haciendo: *primero me siento en el váter, hago pis o caca, luego me limpio, tiro de la cisterna y me lavo las manos*. Y así sucesivamente.

Esta es una forma de que fijen los pasos a seguir cuando vayan al baño de una forma divertida y haciendo partícipes a todos los niños y niñas, mostrándoles que es una tarea que realiza todo el mundo a diario y que es natural, que todos son capaces de ir al baño solos/as.

2ª sesión

Tras la lectura de *Doro el inodoro* se realizará un juego. Este libro menciona la importancia de cuidar el agua y el medioambiente y de cómo podemos evitar dañarlo desde casa, desde algo tan sencillo como tener cuidado con lo que tiramos por el inodoro. Para ello, el docente utilizará el inodoro de cartón de la sesión anterior y repartirá a los estudiantes diferentes materiales: toallitas, papel, pañuelos, bastoncillos, etc. Cada niño/a se levantará y tendrá que decidir si tirar o no al váter su material.

3ª sesión

El docente comenzará la sesión leyendo *Lili se lava los dientes* y, al acabar, le pedirá a los alumnos/as si le pueden ayudar a recordar los pasos a seguir cuando vamos al baño. Después preguntará a los alumnos/as si saben cómo se llama el mueble donde nos lavamos las manos. Continuará preguntándoles qué más cosas hay en el baño y cómo se

llaman. Luego les mostrará una lámina magnética de un cuarto de baño y le dará a cada alumno un imán de cada objeto del baño. Cada niño/a tendrá que mostrar su imán al resto de la clase y decir de qué se trata y para qué sirve y colocarlo en el lugar correspondiente de la lámina.

Para finalizar la sesión irán al baño y tendrán que señalar los elementos del baño que vaya diciendo el docente: el inodoro, el grifo, el papel higiénico, el jabón, etc. Es una forma de cerrar la unidad recordando todo lo que abarca el cuarto de baño.

6.5. RECURSOS

En lo que respecta a los **recursos humanos**, necesitaremos a:

- El docente. Será el responsable o al responsable de llevar a cabo esta unidad en el aula y de guiar el aprendizaje de los niños y niñas. Tendrá especial relevancia en todas las actividades ya que, aunque se busca un aprendizaje autónomo mediante la experimentación, es importante que se asegure de que ese aprendizaje va por un camino adecuado, aportando las experiencias y materiales necesarios para que esto ocurra.
- Enfermera o higienista dental, la cual acudirá al aula para impartir el taller de higiene bucodental.

En lo referente a los **recursos ambientales**, es importante crear un espacio en el que el alumnado se sienta cómodo y que sea posible que se produzca el aprendizaje de la mejor forma posible. El espacio en el que se llevará a cabo este aprendizaje será en el aula.

Al finalizar la unidad se podrá crear un rincón destinado a la higiene, en el que se podrán colocar los libros que se han leído en clase sobre el tema, así como el váter de cartón y otros elementos. Los niños y niñas podrán decorarlo con dibujos y manualidades relacionadas con el tema.

También se utilizará el baño del colegio para poner en práctica las tareas higiénicas que se fomentan con la unidad.

En cuanto a los **materiales didácticos**, utilizaremos:

- Libros relacionados con la higiene.
- Purpurina.
- Váter de cartón.

- Toallitas, papel, bastoncillos, pañuelos, etc.
- Lámina magnética.
- Imanes.
- Peluche de un diente.
- Dibujos de dientes plastificados.
- Rotuladores.
- Cepillos de dientes.
- Limpiapipas.
- Plastilina.
- Manualidad de la boca de un cocodrilo, hecha con cartón y porexpán.

6.6. ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

La atención a la diversidad hace referencia a todo el alumnado en general, no solo a los alumnos/as con NEE. Todos pueden tener alguna dificultad en actividades o ámbitos determinados.

Se tratará de atender a la individualización, teniendo así en cuenta las necesidades de cada alumno/a. Cada niño/a tiene su propio ritmo de desarrollo y sus características particulares.

Se intentará compensar las posibles desigualdades de las que partimos dentro del grupo. En el caso de que haya un alumno con NEE, tendrá al docente ayudándole en todo momento en lo que necesite. A la hora de realizar las actividades posiblemente será necesario modificar el nivel de dificultad para este alumno y aquellos que también tengan dificultades. Habrá que reducir la complejidad de cada ejercicio y no intentar exigirles lo mismo que al resto de alumnos/as, ya que cada uno/a tiene un ritmo de aprendizaje distinto.

6.7. EVALUACIÓN

Para evaluar al alumnado se realizará una evaluación inicial, continua y final. La evaluación inicial se realizará antes de llevar a cabo la unidad y será evaluada a través de la siguiente rúbrica:

EVALUACIÓN INICIAL

AGENTES A EVALUAR	¿QUÉ EVALUAR?	¿CÓMO EVALUARLO?
Alumnado	Conocimientos previos de la higiene y todo lo que engloba ésta	Aportaciones en la asamblea
Familia	Implicación, participación y seguimiento	<ul style="list-style-type: none"> - Mediante los materiales e ideas aportadas - A través de su compromiso

Partiendo de la evaluación inicial continuaremos con la evaluación continua, y la obtendremos a través de observaciones directas, siendo estas recogidas en cualquier momento y espacio. También a través de observaciones indirectas, recabando información de las reuniones con las familias.

Todas estas observaciones, tanto directas como indirectas, las recogeremos en el diario de clase. Recogeremos datos del alumno a nivel individual (si participa, si muestra interés, si observa, si imita, cómo se relaciona con sus compañeros, etc.).

Por último, la evaluación final será evaluada a través de la siguiente rúbrica:

EVALUACIÓN FINAL			
ÍTEMS	 MUY BIEN	 REGULAR	 ME CUESTA MUCHO
Participación activa en las actividades			
Transmite a otros lo que ha aprendido			

Está motivado/a con el tema de la unidad			
Ha ampliado su conocimiento sobre el tema de la unidad			
Sabe expresarse y comunicarse correctamente con sus iguales			
Se hace preguntas sobre el tema de la unidad			

7. CONCLUSIONES FINALES

La realización del presente trabajo de fin de grado me ha hecho reflexionar sobre la importancia de algo tan básico y a la vez tan prioritario como es la práctica de la higiene, no solo en orden a mantener un nivel óptimo de salud, sino como instrumento fundamental para conseguir una buena autoimagen de la persona y una percepción de la misma por los demás.

La práctica de la higiene es algo a lo que se le da muy poca relevancia (buena prueba de ello son las dificultades para encontrar material bibliográfico relativo a la higiene en Educación Infantil), quizá porque se da por hecho la realización de hábitos encaminados a conseguirla. Pero las prácticas que he tenido la oportunidad de realizar en el aula me han demostrado que no siempre es así. He visto diferencias sustanciales entre el alumnado en relación a la higiene, tal vez, supongo porque a algunos niños y niñas no se les ha enseñado la importancia que la higiene tiene en la vida diaria.

La conclusión fundamental a la que he llegado, no obstante, es la de la necesidad de que las familias y la escuela formen un tándem colaborador con el fin de conseguir la habitualidad de las prácticas de higiene en niños y niñas, así como la necesidad de que ambas instituciones conciencien a los niños/as de que disponen de un cuerpo para toda la vida, y como tal, deben cuidarlo al máximo. Y que de dicho cuidado dependerá su mayor

o menor salud, su mayor o menor grado de autoestima y también la aceptación por parte de sus compañeros y compañeras de aula y de sociedad.

La escuela es un pilar básico para llevar a buen término la educación para la salud, en una etapa en la que niños y niñas están formando su personalidad, se encuentran en la primera etapa de sus vidas y aún no han desarrollado formas de comportamiento insanas. Sin embargo, la tarea de educar en la higiene y la salud no es exclusivamente patrimonio de los docentes. El ambiente familiar es muy importante, como también lo es la colaboración de familias y educadores/as. Las familias deben conocer y colaborar en los hábitos que se van a trabajar en la escuela para que se llegue a la consecución de objetivos por parte de la misma.

Para finalizar, escuela y familia también deben de estar abiertos a nuevas pautas de higiene que se van imponiendo ante las nuevas patologías y enfermedades que van surgiendo a la luz de los cambios en la sociedad, como recientemente hemos visto con la incorporación del gel hidroalcohólico para hacer frente a la COVID-19.

Por mi parte, espero poder, en el futuro, aportar mi granito de arena en mi tarea de docente, llevando a cabo las actividades encaminadas a conseguir de mis futuros alumnos y alumnas que la higiene sea algo no impuesto, sino necesario, y tratando de hacer de su práctica algo divertido y cotidiano.

8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Amar, D. (2022). Gel hidroalcohólico: consejos para elegirlo y cómo deben usarlo los menores. *Educación* 3.0. Recuperado de: <https://www.educaciontrespuntocero.com/noticias/gel-hidroalcoholico-consejos/>

Araujo, G. (2011). Cuidando tu salud. Instituto Nacional de Salud Pública. Cuernavaca, Morelos, 3-4.

Asociación Española de Pediatría de Atención Primaria (2019). Consejos sobre higiene y prevención. La importancia de lavarse las manos. *Guía de ayuda para centros docentes. Manejo práctico de los problemas de salud pediátricos más frecuentes. Consejos para el profesorado y los cuidadores escolares.*

Avendaño, K., Casadiego, A., Salas, F., Avendaño, G., & Avendaño, A. (2020). Estrategia para lograr la higiene de manos en niños. *Revista Boletín Redipe*, 10 (5), 332-342.

- Blasco, B. (1998). *¡Agua va! La higiene urbana en Madrid*. Madrid: Caja Madrid.
- Cáceres, M^a. (2010). La importancia de la educación para la salud en la edad infantil. *Temas para la educación. Revista digital para profesionales de la enseñanza*, N^o 10, 1-8.
- Cahuana, A., Palma, C., González, Y. & Palacios, E. (2016). Salud bucodental materno-infantil. ¿Podemos mejorarla? *Matronas profesión*, 17 (1), 12-19.
- Decreto 85/2008, de 3 de septiembre, por el que se establece el currículo del segundo ciclo de Educación Infantil. Boletín oficial del Principado de Asturias, 212, de 11 de septiembre de 2008.
- Dueñas, F. (2001). Cuidados de Enfermería en la Higiene Escolar. *INFORNET*, artículo 5.
- Generalitat Valenciana, Conselleria de Sanitat (2013). Programa de salud bucodental infantil en la comunitat valenciana. *Programes sanitaris*, N^o 60, 7-158.
- Guía para el entrenamiento para el inodoro (Copyright © 2003 American Academy of Pediatrics) (2022). Asuntos emocionales y problemas para ir al baño. *Healthychildren.org. Powered by pediatricians. Trusted by parents. From the American Academy of Pediatrics*. Recuperado de:
<https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/toddler/toilet-training/Paginas/Emotional-Issues-and-Bathroom-Problems.aspx>
- Kozier, B., Erb, G., Berman, A. et al. (2005). *Fundamentos de enfermería: conceptos, proceso y práctica*. Madrid: Mc Graw-Hill Interamericana.
- Marái, S. (2007). *Confesiones de un burgués*. Barcelona: Salamandra.
- Martínez, M., Pérez, M. & Sierra, B. (2014). Incidencia de los hábitos educativos en el aprendizaje del alumnado de Educación Infantil. *Enseñanza & Teaching*, 32, 147-176.
- Márquez, J., Casas, A. & Estrada, V. (2004). *Higienizar, medicar, gobernar. Historia, medicina y sociedad en Colombia*. Medellín: Lealon.
- Morata, J. & Morata, A. (2019). Salud bucodental en los niños: ¿debemos mejorar su educación? *Pediatría Atención Primaria*, 21, 173-178.
- Organización Mundial de la Salud (1998). *Promoción de la salud: Glosario*. Ministerio de Sanidad y Consumo.

- Parada, J. S. (2011). *Proyecto Educativo sobre Higiene Personal dirigido a los Niños y Niñas de la Escuela Fiscal Mixta Abdón Calderón Muñoz de la Comunidad La Clemencia. Cantón Olmedo*. Provincia Manabí. 2011 (Tesis de grado para obtener el Título de Licenciado, Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, Facultad de Salud Pública, Escuela de Educación para la Salud, Riobamba, Ecuador).
- Pérez Tornero, J. (2000). *Comunicación y educación en la sociedad de la información*. Barcelona: Paidós.
- Potter, P. & Perry, A. (2003). *Fundamentos de enfermería*. 5ª edición. España: Elsevier.
- Rojas, S. & Echevarría, S. (2014). Caries temprana de infancia: ¿enfermedad infecciosa? *Rev. Med. Clin. Condes.* , 25 (3), 581-587.
- Rizzo-Rubio, L.M., Torres-Cadavid, A.M. & Martínez-Delgado, C.M. (2016). Comparación de diferentes técnicas de cepillado para la higiene bucal. *CES Odontología*, 29 (2).
- Sánchez, E. (2014). *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* (Tesis doctoral). Recuperada del Repositorio Institucional de la Universidad de Málaga (RIUMA).
- Socha, P. & Utnik-Strugata, M. (2021). *Suciedad. La apetosa historia de la higiene*. Madrid: Maeva Ediciones.
- Terrón, A. (2000). La higiene escolar: un campo de conocimiento disputado. *AREAS*, N° 20, 73-94.
- Torres, Blanca (2015). Una fobia habitual en la infancia: El miedo a “hacer caca”. Ciudad Real: Blanca Torres. Recuperado de: <http://www.blancatorres.org/2015/05/03/fobia-el-miedo-a-hacer-caca/>
- Urteaga, L. (1980). Miseria, miasmas y microbios. *Las Topografías médicas y el estudio del medio ambiente en el siglo XIX*. Geocrítica, 29.
- Vacas, C. (2009). Hábitos de higiene en la escuela. *Innovación y experiencias educativas*, N° 16, 1-9.
- Vargas, F. (1999). *Educación para la salud*. México: Limusa.

9. ANEXOS

Anexo 1: ¡Lávate las manos! de Tony Ross

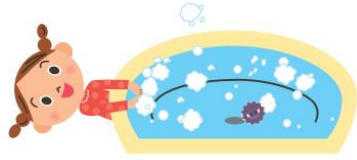


Anexo 2: Wash your hands!



Anexo 3: Rosa contra el virus

1. Lavándonos las **MANOS** mientras cantamos nuestra canción favorita.



2. Tapándonos al toser o estornudar con el **CODO**. ¡Como si fuera un saludo ninjal!




3. No tocándonos los **ojitos**, la nariz ni la boca.

Por suerte sé que solo será durante un **TIEMPO CORTO**, aunque haya días que se me hagan muy largos...



¿Sabes cómo hablar con ellos aunque no puedas verlos?
¡Claro, con el móvil de papá o mamá!

Pero, si me organizo bien, 
da tiempo a hacer muchas cosas en casa:

leer un **CUENTO**, hacer tareas del cole,
ver la tele, hacer un **PASTEL** con papá,
JUGAR con mamá...



Anexo 4: Ilustración del cuento *Los dientes de Blanquita*



Anexo 5: Doro el inodoro

¡Oh, oh...! Con tanta agua,
le han entrado muchas ganas
de hacer pipí. *Lara* corre hasta
el baño, se sienta en Doro y...
—¡Aaaaaahhh! ¡Qué alivio! —
dice *Lara*.

¡Oh, oh...! Con tantu agua,
entró-y muncha gana de facer
pipí. *Llara* cuerre hasta'l bañu,
siéntase en Doru y...
—¡Aaaaaahhh! ¡Qué allivi! —
diz *Llara*.

A cartoon illustration of a character with blue hair and a blue body, sitting on a toilet in a bathroom. The character has a speech bubble above their head containing the sound "AAAAHHHH...". The background shows blue tiled walls and a yellow floor.



Anexo 6: Peluche de Dientín

