

Dora Adelina Martínez Gómez

**Módulo: “Formando un ambiente sano, libre de contaminación” en la Escuela Oficial Urbana Mixta Colonia San Pedro, Escuintla**

Asesor: Lic. Haroldo Hernán Cañas Márquez



Universidad de San Carlos

Facultad De Humanidades

Departamento de Pedagogía

Guatemala, noviembre de 2016

Este informe fue presentado por la autora como Ejercicio Profesional Supervisado - EPS previo a optar el grado Licenciatura en Pedagogía Y Administración Educativa.

## Índice

	No. Página
Introducción	i
<b>Capítulo I</b>	<b>1</b>
<b>1. Diagnostico</b>	<b>1</b>
1.1 Datos generales de la institución	1
1.1.1 Nombre de la institución	1
1.1.2 Tipo de la institución por su naturaleza	1
1.1.3 Ubicación geográfica	1
1.1.4 Visión	1
1.1.5 Misión	1
1.1.6 Políticas	1
1.1.7 Objetivos	2
1.1.7.1 Objetivos generales	2
1.1.7.2 Objetivos específicos	2
1.1.8 Metas	2
1.1.9 Estructura organizacional	3
1.1.10 Recursos	4
1.1.10.1 Humanos	4
1.1.10.2 Físicos	4
1.1.10.3 Materiales	4
1.2 Técnicas utilizadas para ejecutar el diagnostico	5
1.2.1 Técnica la entrevista	5
1.3 Lista de carencia	5
1.4 Cuadro de análisis de problemas	6
1.5 Problema seleccionado	7
<b>Capítulo II</b>	<b>8</b>
<b>2. Perfil de proyecto</b>	<b>8</b>
2.1 Aspectos generales	8
2.1.1 Nombre del Proyecto	8
2.1.2 Problema	8
2.1.3 Localización	8
2.1.4 Unidad ejecutora	8
2.1.5 Tipo de proyecto	8
2.2 Descripción del proyecto	8
2.3 Justificación	8
2.4 Objetivos del proyecto	8
2.4.1 General	8
2.4.2 Específicos	9
2.5 Metas	9
2.6 Beneficiarios	9
2.6.1 Directos	9
2.6.2 Indirectos	9
2.7 Fuentes de financiamiento y presupuesto	9
2.7.1 fuentes de financiamiento	9

2.7.2 Presupuesto	10
2.8 Cronograma de actividades de la ejecución de proyecto	11
2.9 Recursos	12
2.9.1 Humanos	12
2.9.2 Materiales	12
2.9.3 Financiamiento	12
<b>Capítulo III</b>	13
<b>3. Procesos de ejecución del proyecto</b>	13
3.1 Actividades y resultados	13
3.2 Productos y logros	15
<b>Capítulo IV</b>	34
<b>4. Proceso de evaluación</b>	34
4.1 Evaluación del diagnóstico	34
4.2 Evaluación del perfil	35
4.3 Evaluación de ejecución	36
3.4Evaluación final	37
Conclusiones	39
Recomendaciones	40
Bibliografía	41
Apéndice	
Anexos	

## **Introducción**

El presente informe corresponde al proyecto de Ejercicio Profesional Supervisado. "EPS" de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración de Educativa, Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala, sección única de Escuintla.

El proyecto se realizó en el municipio de Escuintla, departamento de Escuintla con el propósito de dar a conocer la importancia del cuidado ambiental natural que surge a nuestros alrededores dividiéndose de la siguiente manera, colocando depósitos para basura orgánica e inorgánica, depósitos para agua potable, maceteros colgantes de plantas naturales, en el edificio de la Escuela Oficial Mixta de colonia San Pedro, Escuintla. Continuado la elaboración de una guía pedagógica en la Formación de un Ambiente Sano, Libre de contaminación, estas ejecuciones son de mucha importancia para el cuidado y la conservación del medio ambiente natural.

Desde luego fue necesario realizar una investigación para lograr los objetivos deseados llevando a cabo las técnicas, entrevistas, observaciones, análisis documental, investigación bibliográfica. Dichas técnicas fueron determinadas por herramientas como, cuestionarios y lista de cotejo.

Posteriormente se ejecutó el proyecto deseado de la presentación del "EPS". Lo cual tuvo como importancia para futuras generaciones de una Formación de un ambiente sano, libre de contaminación.

El presente informe se estructura por los siguientes capítulos:

Capítulo I. Diagnóstico el cual consiste en una observación amplia de dicha Institución tomando en cuenta el nombre, ubicación, su misión, visión, políticas, objetivos, sus metas, considerando en realizar una lista de necesidades, observando su viabilidad y factibilidad, para poder realizar y gestionar su ejecución.

Capítulo II. Perfil del Proyecto consiste en diseñar un proyecto darle nombre, describirlo, justificando, así mismo plantear los objetivos generales como específicos y sus metas. Observado a las personas que serán beneficiadas directa e indirectamente.

Capítulo III. Proceso de Ejecución, consiste en describir las actividades y resultados de productos y logros finales.

Capítulo IV. Proceso de Evaluación, consiste en evaluar cada uno de los capítulos realizados o ejecutados del proyecto. Tomando una evaluación directa para definir si el proyecto a sido un logro.

## **Capítulo I**

### **1. Diagnóstico**

#### **1.1 Datos generales de la institución**

##### 1.1.1 Nombre de la institución

Escuela Oficial Urbana Mixta Colonia San Pedro

##### 1.1.2 Tipo de Institución

Pública

##### 1.1.3 Ubicación geográfica

1av 2da calle zona 2 Colonia San Pedro

##### 1.1.4 Visión

Formar ciudadanos con carácter, capaces de aprender por si mismos, orgullosos de ser guatemalteco, empeñados en conseguir se desarrolló integral, con principios, valores y convicciones que fundamentan su conducta

##### 1.1.5 Misión.

Somos una institución Educativa, organizada, eficiente y eficaz, generadora de oportunidades de enseñanza aprendizaje, orientada a resultados, que aprovecha diligentemente las oportunidades que el siglo XXI le brinda y comprometida con una Guatemala Mejor

##### 1.1.6 Políticas

El Gobierno de la República plantea como objetivo estratégico de su política educativa, el acceso a la educación de calidad con equidad, pertinencia cultural y lingüística para los pueblos que conforman nuestro país, en el marco Acuerdos de Paz

- Avanzar hacia una Educación de Calidad
- Ampliar la cobertura educativa incorporando especialmente a los niños y niñas de extrema pobreza y de segmentos vulnerables.
- Justicia social a través de equidad educativa y permanencia escolar
- Fortalecer la Educación Bilingüe Intercultural
- Implementar un Modelo de Gestión transparente que responda a las necesidades de la comunidad educativa.

## 1.1.7 Objetivos

### 1.1.7.1 Objetivo general

Contribuir con la Escuela Oficial Urbana Mixta Colonia San Pedro al mantenimiento de limpieza e higiene y salud.

### 1.1.7.2 Objetivos específicos

Motivar a los alumnos, padres de familia realizando actividades que correspondan sobre higiene y salud,

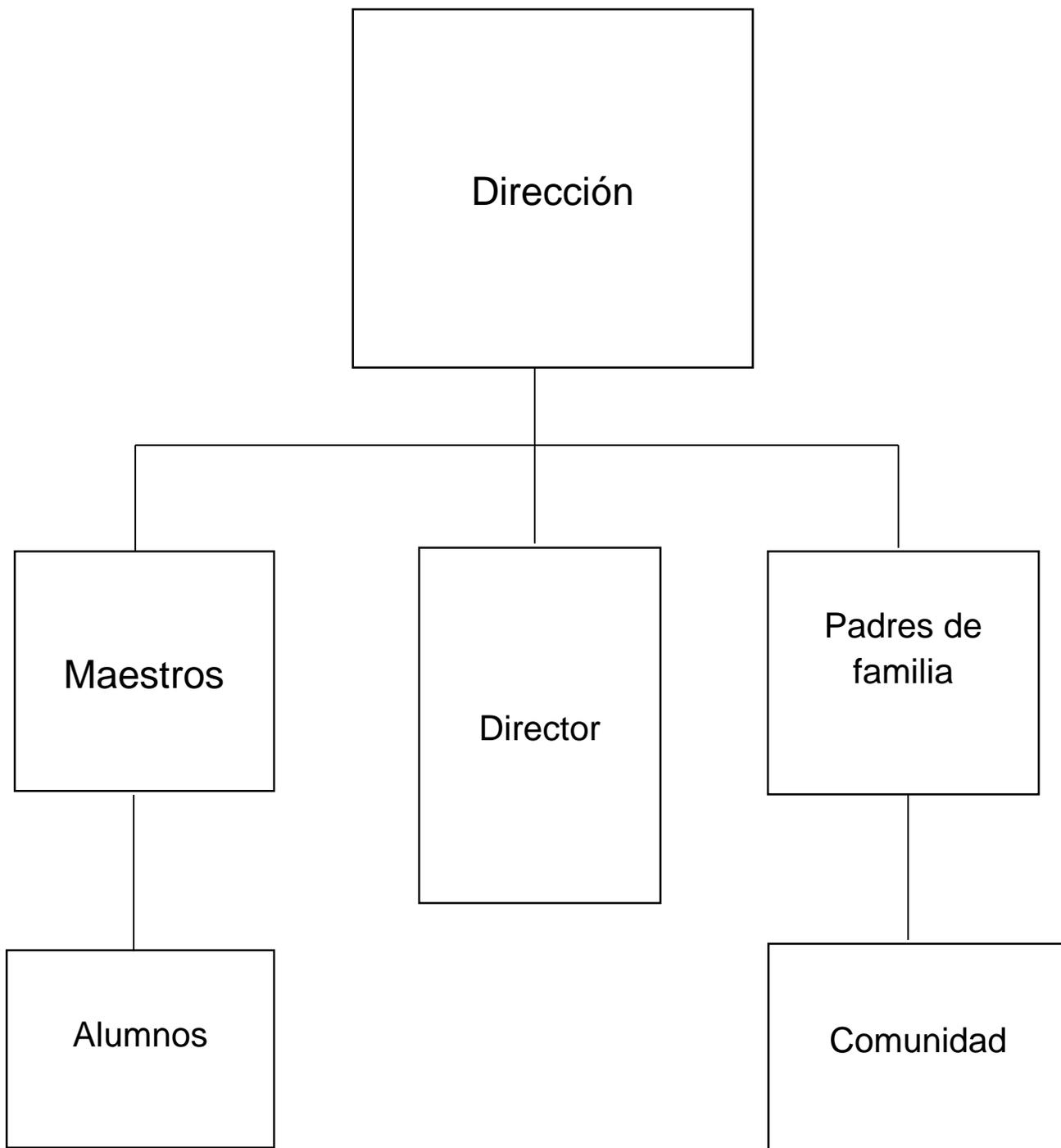
Implementar programas de limpieza e higiene a las Escuelas e Instituciones

## 1.1.8 Metas

1.1.8.1 El educador realice con éxito su labor profesional, concientizando a los alumnos y padres de familia

1.1.8.2 implementar la propuesta al desarrollo educativo para dinamizar el proceso de enseñanza- aprendizaje del medio ambiente entre docentes estudiantes y comunidad.

### 1.1.9 Estructura organizacional



## 1.1.10 Recursos

### 1.1.10.1 Humanos

#### **Pre primaria**

América Josefina Flores Díaz	Docente
Susana María Valencia	Docente
Claudia Susana Barrios	Docente

#### **Primaria**

Rosa Beatriz Cuevas	Docente
Eva Nineth Zuleta Mendoza	Docente
Violeta Mazariegos Flores	Docente
Lidia Jeaneth Peñate	Docente
Amabilia Elizabeth de paz	Docente
YensiAlaide Martinez	Docente
Augusto Del Cid	Director

### 1.1.10.2 Físicos

### 1.1.10.3 Financieros: (Sin evidencia)

### 1.1.10.4 Materiales:

- 1 computadora
- 1 impresora
- 4 archivos para documentos del establecimiento
- 10 sillas
- 1 escritorio de oficina
- 1 grabadora
- 1 pila
- 2 depósitos de agua
- 2 depósitos de basura.

2 escoba

- 2 trapeadores

## **1.2 Técnicas utilizadas para efectuar el diagnostico**

### **1.2.1 Técnica de la entrevista**

Fue aplicado a través de un cuestionario a los docentes de la Escuela

### **1.3. Lista de carencias:**

- 1.3.1 No cuentan con suficiente personal docente
- 1.3.2 No cuentan con conserje
- 1.3.3 No cuentan con guardián
- 1.3.4 Falta de escritorios
- 1.3.5 Sanitarios inservibles
- 1.3.6 Falta de pizarras
- 1.3.7 Falta de material didáctico y útiles
- 1.3.8 No cuentan con cocina
- 1.3.9 No cuenta con ventanas
- 1.3.10 No cuentan con cancha deportiva
- 1.3.11 Falta de alumbrado eléctrico
- 1.3.12 Falta de utensilios de limpieza
- 1.3.13 Falta de recipientes de basura
- 1.3.14 Pila en mal estado
- 1.3.15 Falta depósito de agua
- 1.3.16 Instalaciones en mal estado
- 1.3.17 falta de un ambiente agradable

#### 1.4 Cuadro de análisis de problema

Problemas	Factores /Carencias	Soluciones
1. Insuficiencia en soporte de personal Docente y operativo.	<p><b>1.1</b> No cuenta con suficiente personal Docente</p> <p><b>1.2</b> No cuentan con conserje.</p> <p><b>1.3</b> No cuentan con guardián.</p>	<p>1.1 Re organización de contratos.</p> <p>1.2 Gestionar contrato</p> <p>1.3 Gestionar con padres de familia</p>
2 Insuficiencia en insumos escolares	<p>2.1 No cuentan con suficientes escritorios</p> <p>2.2 No hay suficientes pizarrones</p> <p>2.3 No cuentan con material didáctico</p>	<p>2.1 Solicitar a empresa para donación</p> <p>2.2 Comprar pizarras</p> <p>2.3 Comprar material didáctico</p>
3 Desinterés en Infraestructura	<p>3.1 No cuentan con cocina</p> <p>3.2 No cuentan con ventanales</p> <p>3.1 No tienen mobiliario adecuado para el orden de los expedientes.</p>	<p>3.2 Construcción de cocina</p> <p>3.3 Repara ventanas.</p> <p>3.4 Visitar instituciones para que brinden el apoyo necesario a la institución</p>
4 Insalubridad Institucional	<p>4.1 No cuentan con insumos de limpieza</p> <p>4.2 No cuentan con suficiente depósitos de basura.</p> <p>4.3 No cuentan con un modelo sobre el manejo de la basura.</p>	<p>4.1 Comprar insumos de limpieza</p> <p>4.2 Comprar depósitos para la basura</p> <p>4.3 realizar un módulo.</p>

## **1.5. Problema seleccionado**

### Insalubridad Institucional

No cuentan con un módulo sobre el manejo de la basura. Siendo necesario se elaboró dicho módulo para lograr un ambiente limpio, sano libre de contaminación para la Escuela Oficial Urbana Mixta Colonia San Pedro. Escuintla

## **Capítulo II**

### **2. Perfil del proyecto**

#### **2.1 Aspectos generales**

##### 2.1.1 Nombre del proyecto

Módulo: Formando un ambiente sano, libre de contaminación, en la Escuela Oficial Urbana Mixta Colonia San Pedro. Escuintla

##### 2.1.2 Problema

Insalubridad Institucional.

##### 2.1.3 Localización

1av 2da cale zona 2 Colonia San Pedro Escuintla.

##### 2.1.4 Unidad ejecutora

Facultad de Humanidades, Universidad de San Carlos de Guatemala.

##### 2.1.5 Tipo de proyecto

Educativo Ambiental

#### **2.2 Descripción del proyecto**

Se ha tomado en cuenta la elaboración de un Módulo del manejo reciclaje endicha escuela de la Colonia San Pedro, permitiendo una mejor representación higiénica ya que es una institución de servicio Educativo. Se realiza este proyecto con el fin de beneficiar a la institución; dicho proyecto consiste en colocar depósitos de basura, así mismo colocar una decoración de macetas colgantes dando una mejor vista a la institución, que sirvan de purificación al medio ambiente.

#### **2.3. Justificación**

Como estudiantes de Licenciatura en Administración Educativa de la facultad de Humanidades, en base al diagnóstico realizado en la **Escuela Oficial Urbana Mixta, Colonia San Pedro** del municipio de Escuintla, sobre los servicios que presta, se ha apreciado la necesidad de la obtención de depósitos de basura razón por la cual se llegó a un consenso dentro de dicho establecimiento de solucionar uno de los tantos problemas detectados.

#### **2.4 Objetivos del proyecto**

##### 2.4.1 General

Contribuir con la Escuela Oficial Urbana Mixta. Colonia San Pedro al mantenimiento de limpieza e higiene, conservando el área de dicha Institución.

#### 2.4.2 Específicos

- Contribución, depósitos de basura para desechos sólidos, generando un ambiente limpio y libre de contaminación.
- Aportación de materiales para lograr mantenimiento de un ambiente sano y agradable de la Escuela Oficial Urbana Mixta, colonia San Pedro, realizando talleres de cómo mantener un ambiente sano e higiénico en una institución.

#### 2.5 Metas

1. Participar con el mantenimiento de limpieza de la institución y sus alrededores proporcionando materiales de suma importancia, a la Escuela Oficial Urbana Mixta, Colonia San Pedro
2. De un 100% de asistentes, se concientizo el 95% del personal docente y estudiantado de la Escuela Oficial Urbana Mixta, Colonia San Pedro, sobre la importancia de convivir en un ambiente libre de contaminación

#### 2.6 Beneficiarios

##### Directos

- Director
- Docentes
- Alumnos
- Padres de familia

##### Indirectos

- Usuarios de servicio
- Comunidad

#### 2.7 Fuentes de financiamiento y presupuesto

##### 2.7.1 Fuentes de financiamiento

- Luis Alberto Ortega Salguero
- Wilfredo Cifuentes
- Arístides Crespo

## 2.7.2 Presupuesto

<b>Cantidad</b>	<b>Artículo</b>	<b>Ingreso De Gestión</b>	<b>Precio unidad</b>	<b>Total Egreso</b>
<b>1</b>	<b>Aportes por gestiones</b>	<b>Q6715.00</b>		
<b>10</b>	<b>Ejemplares del Módulo</b>		<b>Q75.00</b>	<b>Q750.00</b>
<b>3</b>	<b>Charlas sobre la higiene y salud</b>		<b>Q500.00</b>	<b>Q500.00</b>
<b>70</b>	<b>Refacción a maestros, alumnos, padres de familia</b>		<b>Q700.00</b>	<b>Q700.00</b>
<b>10</b>	<b>Maseteros canastas colgantes</b>		<b>Q 30.00</b>	<b>Q300.00</b>
<b>12</b>	<b>6 Escobas 6 trapeadores</b>		<b>Q30.00</b>	<b>Q180.00</b>
<b>5</b>	<b>Recipientes para basura</b>		<b>Q170.00</b>	<b>Q850.00</b>
<b>5</b>	<b>Recipientes para depósito de agua</b>		<b>Q170.00</b>	<b>Q850.00</b>
<b>10</b>	<b>Galones de desinfectante</b>		<b>Q40.00</b>	<b>Q400.00</b>
<b>10</b>	<b>Bolsa de detergente 5 kilogramos</b>		<b>Q150.00</b>	<b>Q1,500.00</b>
<b>1</b>	<b>Impresora</b>			<b>Q450.00</b>
<b>6</b>	<b>Empastados</b>			<b>Q150.00</b>
<b>1</b>	<b>USB</b>			<b>Q85.00</b>
<b>Total del Proyecto</b>		<b>Q6715.00</b>		<b>Q6,715.00</b>

## 2.8 Cronograma de actividades de la ejecución del proyecto

No.	ACTIVIDAD	Junio				Julio				Agosto				Septiembre			
		SEMANA				SEMANA				SEMANA				SEMANA			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Identificar el lugar del depósito para desechos sólidos con el apoyo del personal y masetas colgantes.	■															
2	Realizar el conteo de cuantos depósitos se necesitarán en total, para colocar en la institución.	■															
3	Realizar un listado del material a utilizar para el mantenimiento de la higiene en la institución.	■															
4	Iniciar la cotización de los materiales necesarios para la realización del proyecto.		■														
5	Recaudación de fondos para solventar el proyecto y proceder a la compra del material.				■												
6	Comprar el material necesario para la ejecución del proyecto.					■											
7	Instalar las macetas colgantes y depósitos de basura.						■										
8	Impartir capacitación de “conservando un ambiente limpio y agradable” al personal docente, alumnos, padres de familia.									■							
9	Entrega del Módulo para el mantenimiento de la higiene en la institución.													■			

## 2.9 Recursos

Humanos:

- A. Asesor
- B. E pesista

Materiales:

- ✚ Depósitos de basura para desechos sólidos.
- ✚ Depósitos para agua
- ✚ Recogedores de basura
- ✚ Escobas
- ✚ Trapeadores
- ✚ Detergente
- ✚ Desinfectantes
- ✚ Macetas colgantes de plantas naturales
- ✚ Impresión
- ✚ Computadora.
- ✚ Cartuchos de tinta Canon
- ✚ Pizarrón
- ✚ Marcador para pizarra
- ✚ Marcadores permanentes
- ✚ Tinta para marcadores
- ✚ Papel construcción
- ✚ Tape
- ✚ Fotocopias
- ✚ Hojas papel bond
- ✚ Cámara digital
- ✚ Dispositivo de almacenamiento USB
- ✚ Engrapadora
- ✚ Grapas
- ✚ Folders
- ✚ CDs
- ✚ Papel manila

## 2.10 Financiero

**Q 6,715.00**

### Capítulo III

#### 3. Procesos de ejecución del proyecto

##### 3.1 Actividades y resultados

Actividades	Resultados
1. Organización, asesor de EPS	1. Se realizó una junta de asesor y epesista en la primera semana del mes de junio, obteniendo lineamientos de proyecto
2. Acuerdo del tema seleccionado	2. En junio de 2016 se obtuvo la aprobación del módulo sobre la Formación de un ambiente sano Libre de Contaminación.
3. Identificar el lugar del depósito para desechos sólidos con el apoyo del personal	3. Se identificaron los lugares en donde se colocarían los depósitos de basura.
4. Realizar el conteo de cuantos depósitos se necesitarán en total para colocar en la institución.	4. Se determinó que cinco depósitos de basura se necesitaban, 5 para depósito de agua
5. Realizar un listado del material a utilizar para el mantenimiento de la higiene y salud en la institución.	5. Se estableció que lo necesario para el mantenimiento era lo siguiente: recipientes para depósito de basura y depósitos para agua y otros insumos extras.
6. Iniciar la cotización de los materiales necesarios para la realización del proyecto.	6. se identificó que el gasto es de Q4,820.00 y Q1895 gastos extras
7. Adquirir el material necesario para la ejecución del proyecto	7. Se estableció la obtención de productos esenciales para lograr un ambiente sano libre de contaminación.
8. Instalar los depósitos de basura.	8 Se instalaron los depósitos de basura en lugares estratégicos previamente establecidos, uno en la sala, dos en el corredor, uno en el sanitario de mujer y el último en el de hombres.
9. Instalar las macetas colgantes y depósitos de basura.	9. Conservando un ambiente limpio, sano libre de contaminación en dicha instrucción.

<p>10. Impartir un taller de capacitación al personal que labora en la institución.</p>	<p>10. El taller consistirá en instruir al personal sobre cómo conservar la institución en condiciones higiénicas, y hacer evidencia de las ventajas que obtienen al habitar en entornos saludables.</p>
<p>11. Entrega del material para el mantenimiento de la higiene en la institución.</p>	<p>11. Se entregó el material al personal que ahí labora para que haga uso de él para conservar en perfectas condiciones higiénicas la institución.</p>

### 3.2 Productos y logros

Productos	Logros
1. Transcribir la información del Módulo	1. Se desarrolla el contenido del módulo de acuerdo a indicaciones de las fuentes bibliográficas.
2. Proporcionar los depósitos para desechos sólidos, generando un ambiente limpio y libre de contaminación.	2. Se asignó a la Escuela oficial Urbana Mixta de Colonia San Pedro unas macetas con plantas colgantes, depósitos de basura, depósitos para agua, otros insumos extras, logrando un ambiente agradable libre de contaminación,
3. Impartir talleres de cómo mantener un ambiente sano e higiénico en una institución.	3. . Se Concientizó a los alumnos de la Escuela San Pedro sobre la importancia de habitar en ambientes libres de contaminación, así Fomentar la higiene en la institución y en la sociedad.



## Indice

	No. Pág.
Introducción	i
Justificación	ii
Objetivos	ii
<b>Capítulo I</b>	<b>1</b>
1. La higiene	1
1.1 Higiene y cuidado del cuerpo	1
1.1.1 Higiene1	1
1.1.2 Hábito	2
1.1.3 Vida saludable	2
2 Historia de la higiene	3
3 Higiene personal	3
3.1 Hábitos de higiene	4
3.1.1 Cómo adquirir hábitos de higiene	5
<b>Capítulo II</b>	<b>6</b>
4. Desechos orgánicos	6
4.1 Tipos de desechos orgánicos	6
4.2 Eliminación, tratamiento o reciclaje	6
4.2.1 Compostadores para materia orgánica	6
4.2.1.1 La incineración	6
4.2.1.2 El tratamiento de aguas residuales	7
5. Los desechos inorgánicos	7
<b>Capítulo III</b>	<b>9</b>
6. El medio ambiente laboral	9
6.1 Objetivos	9
6.2 Servicios higiénicos y locales de descanso	10
6.2.1 Instalaciones sanitarias móviles	10
6.2.2 Seguridad y salud laboral	10
7. Riesgos e higiene laboral	11
7.1 Higiene industrial	11
8. Ergonomía en el trabajo	13
8.1 Normas básicas de seguridad y salud	14

## Introducción

La higiene es una parte de la medicina que se preocupa por aspectos tanto personales como ambientales que afectan a la salud.

La higiene se refiere al aseo y la limpieza de las personas, las viviendas y los hogares públicos, pero en un sentido más amplio también incluye un extenso conjunto de prácticas, muchas de ellas promovidas y reguladas por las autoridades con el objetivo de conservar la salud.

Para conseguir una vida sana es necesario realizar ejercicios corporales, hábitos alimenticios y mantener una higiene tanto física como mental.

El presente texto pedagógico se enfocara y hablara sobre la importancia que tiene la higiene en nuestra vida, ya que sobre ella cae el peso de muchas consecuencias tanto positivas como negativas.

**Justificación**

Debido a la gran necesidad que existe en dicho establecimiento se al implementado una estrategia que genere un orden adecuado de la recolección de basura.

**Objetivo general**

Debido a la situación precaria de manejo sobre basura que existe en la Escuela Oficial Urbana Mixta de la Colonia San Pedro de Escuintla. Seha realizado un módulo indicando el bienestar que adquiere un ambiente sano libre de contaminación.

**Objetivos**

- Determinar la importancia de la clasificación de basura evitando la contaminación ambiental.
- Establecer la importancia de colocar la basura en el lugar debido o correcto
- Practicar de manera individual o conjunta la higiene con el fin de prevenir las enfermedades provocadas por la contaminación.

## Capítulo I

### 1. La higiene

“La higiene es el conjunto de conocimientos y técnicas que aplican los individuos para el control de los factores que ejercen o pueden ejercer efectos nocivos sobre su salud. La higiene personal es el concepto básico del aseo, de la limpieza y del cuidado del cuerpo humano.



Foto tomada por Dora Martinez

#### 1.1 Higiene y cuidado del cuerpo

La salud y la educación son las encargadas de fortalecer y promover factores protectores de salud entre ellos la higiene y los hábitos saludables, desde un enfoque de calidad de vida, derechos y participación.

La higiene personal y del entorno va mucho más allá de las meras prácticas de aseo. Es uno de los componentes fundamentales de un estilo de vida saludable y se encuentra relacionada con otros temas como la alimentación, el ejercicio físico y la salud mental.

En consecuencia, el aprendizaje de hábitos de higiene y cuidados personales cumplen funciones importantes en la formación integral de las personas:

- Mejorar la salud y el bienestar del individuo y la comunidad.
- Prevenir la aparición y desarrollo de enfermedades.
- Facilitar las relaciones interpersonales.
- Contribuir a la formación de una imagen positiva de sí mismos” (3:188)

##### 1.1.1 Higiene

“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.

### 1.1.2 Hábito

Se refiere a toda conducta que se repite en el tiempo en forma regular y de modo sistemático.

### 1.1.3 Vida saludable

Tiene factores determinantes como:

- Llevar una alimentación equilibrada
- Mantener hábitos higiénicos adecuados
- Disfrutar del tiempo libre
- Prevenir accidentes
- Ejercitar la mente
- Realizar deporte o actividad física
- Tener una mejor calidad de vida y bienestar
- El correcto lavado de manos en forma cotidiana y en momentos específicos significa prevención
- Mojar las manos con agua de la canilla
- Frotar con jabón las palmas y la parte superior. Luego las muñecas y entre los dedos
- Cepillar muy bien las uñas.
- Enjuagar completamente las manos con abundante agua hasta retirar todo el jabón.
- Secarlas con papel descartable o con una toalla limpia y seca.
- Cerrar la llave de agua con el mismo papel o toalla.
- Al llegar a casa
- Antes de comer
- Antes de preparar o servir alimentos.
- Después de ir al baño.
- Después de utilizar pañuelos.

Después de jugar y de tocar dinero o animales".(10:12)



Lavado de manos.

## 2. Historia de la higiene

“El término se deriva de Higía, la diosa de la curación en la mitología griega.

La higiene y los cuidados comenzaron a ser una preocupación para el Estado a partir de la Revolución industrial, en la que se precisó sanear las fábricas, a partir del siglo XVII. En las ciudades portuarias como Buenos Aires surgió esta necesidad colectiva a partir de las malas condiciones de higiene del puerto, en el que abundaban ratas y todo tipo de enfermedades.

Gracias a los experimentos de Luis Pasteur que probaron la teoría germinal de las enfermedades infecciosas, las prácticas higiénicas cobraron suma importancia en las intervenciones médicas y la vida cotidiana de la población como sinónimo de salud.

A partir de mediados de la década de 1850 comenzó a adquirir importancia el movimiento "higienista", por lo cual muchas personalidades influyentes de la medicina en Argentina pasan al ámbito político; por ejemplo, Guillermo Rawson, político que llegaría a altos puestos; y, antes de finalizar el siglo, el doctor Eduardo Wilde. Ambos participaron activamente en las decisiones, transformaciones a nivel de estrategias de salud y con una alta participación en cuestiones nacionales argentinas.

En países europeos, como Inglaterra, se dieron movimientos semejantes que comenzaron con la epidemiología, inaugurada por el estudio de John Snow sobre el cólera y el río Támesis, también a mediados del siglo XIX. En Estados Unidos, ya en la primera década del siglo XX, se inauguró el movimiento de Higiene Mental, que dio inicio a lo que luego se llamó salud mental mediante la acción de Clifford Beers, quien denunció las condiciones higiénicas de los hospitales psiquiátricos.” (2:1)

## 3. Higiene personal

“La higiene personal tiene por objeto situar a la persona en las mejores condiciones de salud frente a los riesgos del ambiente y del propio ser humano. Tener una buena higiene personal depende de uno mismo. La autoestima juega un papel fundamental frente a este aspecto, pues quien se aprecia y valora se esfuerza por verse y mantenerse bien.

Principales hábitos de higiene personal y su importancia:

Es importante y oportuno lavarse las manos:

- Ducha o baño diario (limpieza de la cara, de las manos, del cabello, de los genitales y de los pies)

Con esta práctica se controlan olores naturales del cuerpo que son producidos básicamente por la transpiración o sudor. De esta forma se evita la presencia de gérmenes y bacterias que puedan afectar la salud de nuestra

- Los ojos:

Son órganos muy delicados y no deben tocarse con las manos sucias ni con pañuelos u otros objetos. Su mecanismo propio de limpieza son las lágrimas. Para evitar problemas de visión es recomendable mantener buena iluminación de los espacios evitando así un mayor esfuerzo de la vista al estudiar, leer, ver televisión o trabajar con computadoras.

- Los oídos:

Es conveniente evitar que el agua entre a los oídos. No se deben introducir objetos como: ganchos, pinzas, palillos u otros. Su aseo debe hacerse de manera periódica, teniendo en cuenta las recomendaciones del médico.

- Los dientes:

La boca inicia el proceso de digestión de los alimentos y desempeña un importante papel en la comunicación oral y gestual, pero también da origen a problemas de salud, la mejor forma de prevenirlos es haciendo un adecuado y periódico cepillado de dientes y lengua.

- Limpieza de la nariz:

La nariz deja entrar el aire para que llegue a los pulmones con la temperatura y humedad adecuadas, y libres de partículas extrañas. La producción de mocos es un proceso natural que sirve como lubricante y filtro para el aire, pero es necesario retirarlos varias veces al día, además de la incomodidad que representan, contienen partículas y microorganismos filtrados que pueden provocar enfermedades.

- Higiene de la ropa y el calzado:

El lavado de la ropa exterior e interior de las personas y la higiene del calzado es fundamental. En lo posible la ropa debe ser expuesta al sol, con lo cual se logran erradicar muchos microbios. De igual forma la ropa de cama 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". (8:9)

### 3.1 Hábitos de higiene

“Una buena higiene sólo se logra si las personas aprenden a tener hábitos que beneficien su salud y otorguen bienestar. La falta de hábitos higiénicos adecuados por parte de las personas se convierte en un problema grave, no sólo por lo desagradable de una mala apariencia o de los malos olores, sino por el potencial peligro de transmisión de virus y gérmenes a otras personas y contagio de enfermedades.

### 3.1.1 Cómo adquirir hábitos de higiene

Los padres, la familia y los docentes deben dar siempre el ejemplo fomentando hábitos desde temprana edad, teniendo en cuenta:

- Regularidad en el tiempo: La práctica diaria de las pautas de higiene en el transcurso del tiempo generan hábitos que contribuyen y colaboran con el bienestar físico y psíquico del organismo.
- Ambiente apropiado: Debe existir un entorno propicio tanto en el hogar como en la escuela y en diferentes lugares que se frecuentan. Los elementos de higiene deben estar al alcance de todos (agua, lavabos, jabón, papel, toallas, etc.).
- Cada momento debe ser grato: Propiciar actividades que permitan el aprendizaje y aplicación de hábitos de higiene a través de contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales que favorezcan el desarrollo del niño/a y adolescente.
- Ser creativo e innovador: Si un método o sistema para crear hábitos higiénicos no da resultado, se debe ser paciente y creativo, innovar en tácticas motivadoras para lograr la salud integral en el niño/a y adolescente.

La infancia es la mejor etapa para que los niños aprendan comportamientos higiénicos y los apliquen durante el resto de sus vidas. Si los niños/as y adolescentes son involucrados en el proceso de desarrollo como participantes activos, pueden llegar a ser agentes de cambio dentro de las familias y un estímulo para el desarrollo de la comunidad". (6:15)

## Capítulo II

### 4. Desechos orgánicos

“Los desechos orgánicos son el conjunto de *desechos biológicos* (material orgánico) producidos por los seres humanos, ganado y otros seres vivos



Foto tomada por Dora Martinez

#### 4.1 Tipos de desechos orgánicos

Entre los desechos orgánicos se incluyen las heces y otros materiales que pueden ser descompuestos por microorganismos aeróbicos, es decir en procesos con consumo de oxígeno. Cuando este tipo de desechos se encuentran en exceso en el agua (tales como las aguas residuales), la proliferación de bacterias agota el oxígeno, y ya no pueden vivir en esta agua los peces y otros seres vivos que necesitan el oxígeno. El índice utilizado para medir la contaminación biológica por desechos orgánicos en el agua son la cantidad de oxígeno disuelto (OD) en agua, o la demanda biológica de oxígeno (DBO). Otros tipos de residuos orgánicos, considerados como desechos peligrosos, son algunos de los residuos biológicos que forman parte de los hospitalarios o desechos hospitalarios, que se producen en hospitales, centros médicos, y algunos tipos de laboratorios; los cuales pueden producir una enfermedad infecciosa.” (9:3)

#### 4.2 Eliminación, tratamiento o reciclaje

##### 4.2.1 Compostadores para materia orgánica

Entre los diferentes métodos de eliminación o tratamientos de los desechos orgánicos destacan:

##### 4.2.1.1 La incineración:

Mediante el uso de una incineradora de residuos sólidos orgánicos, el cual consiste en incinerar a altas temperaturas los la basura proveniente desechos orgánicos sólidos, con lo que se reduce su volumen un 95 % y su peso hasta un 80 %.

#### 4.2.1.2 El tratamiento de aguas residuales:

Al realizar la eliminación de la materia orgánica disuelta presente en el agua residual, transformándola en sólidos suspendidos que se eliminan fácilmente (tratamiento secundario de las aguas residuales), y con el posterior tratamiento terciario (el cual consiste en pasos adicionales como lagunas, micro filtración o desinfección).

A nivel urbano, para el proceso de separación de los desechos orgánicos sólidos para su tratamiento, esto se realiza mediante la recogida selectiva de basura. Igualmente, al ser considerados muchos de estos desechos como desechos biodegradables, se pueden utilizar en ellos métodos de reciclaje o biodegradabilidad, tales como el compostaje. Este último se forma de desechos orgánicos como restos vegetales, animales, excrementos y purines (parte líquida altamente contaminante que rezuma de todo tipo de estiércol de animales). Para la producción de este abono orgánico, la materia orgánica se descompone por vía aeróbica o por vía anaeróbica. Llamamos «compostaje» al ciclo aeróbico (con alta presencia de oxígeno) de descomposición de la materia orgánica. Llamamos metanización al ciclo anaeróbico (con nula o muy poca presencia de oxígeno) de descomposición de la materia orgánica”. (4:



Desechos orgánicos

### 5 Los desechos inorgánicos

“Los desechos inorgánicos son aquellos desechos cuya elaboración proviene de materiales que son incapaces de descomponerse o que tardan tanto en hacerlo que sería inútil considerarlos como tales.

Por ejemplo los plásticos, el vidrio (unos 1000 años) y por supuesto los metales. Una colilla de un cigarro se descompone a los 5 años. Podemos también incluir el papel y el cartón se descompondrán, pero no a la rapidez como lo hace una hoja seca o una peladura de naranja.

Otros materiales tienen el problema de ser compuestos en su elaboración con la mezcla de varios productos, lo que hace que sea muy difícil su reciclaje. Este tipo de materiales, como los tetrabriks, acaban pasando al pilón de los desechos sólidos inorgánicos”. (4:48)



**Desechos inorgánicos**



**Desechos inorgánicos**



**Desechos inorgánicos**

## Capítulo III

### 6. El medio ambiente laboral

“El cuidado del medio ambiente laboral es fundamental en el cuidado de la higiene industrial. Además se debe tener en cuenta que en la implementación de la higiene laboral, se desarrollan técnicas encaminadas a optimizar o evitar modificaciones del contexto laboral. La finalidad de estas reglas y normas es mejorar las condiciones del ambiente laboral, observando y regulando los factores de ventilación, humedad, temperatura, presión, ruidos, malas posturas, esfuerzos de visión y otras situaciones. Y manteniendo el ambiente de trabajo exento de contaminantes físicos, químicos y biológicos, o si las particularidades laborales lo indican, conservándolos en límites tolerables para la salud.



Ambiente laboral

#### 6.1 Objetivos

Sus objetivos son mejorar la salud, conservarla y prevenir las enfermedades o infecciones.

Se entienden como higiene los métodos que los individuos utilizan para estar limpios, como el uso de jabón, champú y agua. Pero también, para referirse a las relaciones interpersonales.

1. Limpieza, aseo de lugares o personas.
2. Hábitos que favorecen la salud.
3. Parte de la medicina orientada a favorecer hábitos saludables, en prevención de enfermedades contagiosas.
4. Reconocimiento, evaluación y control de aquellos factores y tensiones ambientales que surgen en el lugar de trabajo y que pueden provocar enfermedades, quebrantos de salud, quebrantos de bienestar, incomodidad e ineficacia de los trabajadores y los ciudadanos”. (2:3)

## **6.2 Servicios higiénicos y locales de descanso**

### **6.2.1 Instalaciones sanitarias móviles.**

Los lugares de trabajo deben disponer de agua potable en cantidad suficiente y fácilmente accesible. También deben disponer de vestuarios, duchas, lavabos y retretes, así como de locales y zonas de descanso.

Los retretes y vestuarios separados para hombres y mujeres, dotados de lavabos, situados en las proximidades de los puestos de trabajo, de los locales de descanso, de los vestuarios y de los locales de aseo, cuando no estén integrados en estos últimos.

Las zonas designadas para descanso de los trabajadores pueden variar en tamaño y sofisticación. Como norma general incluyen asientos o sillas y mesas. Hay zonas de descanso situadas en el interior del edificio del lugar de trabajo, pero también hay zonas que, aunque están cubiertas, tienen un acceso amplio al exterior. En añadidura, hay compañías que proveen lugares al aire libre.

### **6.2.2 Seguridad y salud laboral:**

La seguridad y salud laboral (denominada anteriormente como "seguridad e higiene en el trabajo") tiene por objeto la aplicación de medidas y el desarrollo de las actividades necesarias para la prevención de riesgos derivados del trabajo. De esta materia se ocupa el convenio 155 de la OIT sobre seguridad y salud de los trabajadores y medio ambiente del trabajo.

Se construye en un medio ambiente de trabajo adecuado, con condiciones de trabajo justas, donde los trabajadores y trabajadoras puedan desarrollar una actividad con dignidad y donde sea posible su participación para la mejora de las condiciones de salud y seguridad.

El concepto de salud es definido por la Constitución de 1946 de la Organización Mundial de la Salud como el caso de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. También puede definirse como el nivel de eficacia funcional o metabólica de un organismo tanto a nivel micro (celular) como en el macro (social).

El trabajo puede considerarse una fuente de salud porque con el mismo las personas conseguimos una serie de aspectos positivos y favorables para la misma. Por ejemplo con el salario que se percibe se pueden adquirir los bienes necesarios para la manutención y bienestar general. En el trabajo las personas desarrollan una actividad física y mental que revitaliza el organismo al mantenerlo

activo y despierto. Mediante el trabajo también se desarrollan y activan las relaciones sociales con otras personas a través de la cooperación necesaria para realizar las tareas y el trabajo permite el aumento de la autoestima porque permite a las personas sentirse útiles a la sociedad.

No obstante el trabajo también puede causar diferentes daños a la salud de tipo psíquico, físico o emocional, según sean las condiciones sociales y materiales donde se realice el trabajo.

Para prevenir los daños a la salud ocasionados por el trabajo está constituida la Organización Internacional del Trabajo (OIT); es el principal organismo internacional encargado de la mejora permanente de las condiciones de trabajo mediante convenios que se toman en sus conferencias anuales y las directivas que emanan de ellas. La (OIT) es un organismo especializado de las Naciones Unidas de composición tripartita que reúne a gobiernos, empleadores y trabajadores de sus estados miembros con el fin de emprender acciones conjuntas destinadas a promover el trabajo decente en el mundo". (2:8)

## **7. Riesgos e higiene laboral**

“Se denomina riesgo laboral a todo aquel aspecto del trabajo que tiene la potencialidad de causar un daño. La prevención de riesgos laborales es la disciplina que busca promover la seguridad y salud de los trabajadores mediante la identificación, evaluación y control de los peligros y riesgos asociados a un proceso productivo, además de fomentar el desarrollo de actividades y medidas necesarias para prevenir los riesgos derivados del trabajo.

### **7.1 Higiene industrial**

La higiene industrial conforma un conjunto de conocimientos y técnicas dedicados a reconocer, evaluar y controlar aquellos factores del ambiente, psicológicos o tensionales, que provienen, del trabajo y pueden causar enfermedades o deteriorar la salud

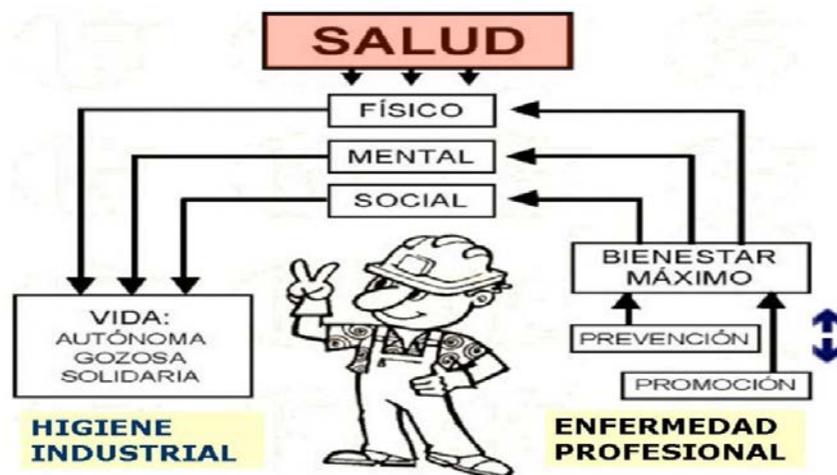
La Higiene industrial está conformada por un conjunto de normas y procedimientos tendientes a la protección de la integridad física y mental del trabajador, preservándolo de los riesgos de salud inherentes a las tareas del cargo y al ambiente físico donde se ejecutan.

Está relacionada con el diagnóstico y la prevención de enfermedades ocupacionales a partir del estudio y control de dos variables: el hombre y su ambiente de trabajo.

Posee un carácter eminentemente preventivo, ya que se dirige a la salud y a la comodidad del empleado, evitando que éste enferme o se ausente de manera provisional o definitiva del trabajo.

Objetivos de la higiene industrial

- Reconocer los agentes del medio ambiente laboral que pueden causar enfermedad en los trabajadores.
- Evaluar los agentes del medio ambiente laboral para determinar el grado de riesgo a la salud.
- Eliminar las causas de las enfermedades profesionales.
- Reducir los efectos perjudiciales provocados por el trabajo en personas enfermas o portadoras de defectos físicos.
- Prevenir el empeoramiento de enfermedades y lesiones.
- Mantener la salud de los trabajadores.
- Aumentar la productividad por medio del control del ambiente de trabajo.
- Proponer medidas de control que permitan reducir el grado de riesgo a la salud de los trabajadores.
- Capacitar a los trabajadores sobre los riesgos presentes en el medio ambiente laboral y la manera de prevenir o minimizar los efectos indeseables.” (5:77)



## 8. Ergonomía en el trabajo

“El diseño ergonómico del puesto de trabajo intenta obtener un ajuste adecuado entre las aptitudes o habilidades del trabajador y los requerimientos o demandas del trabajo. El objetivo final, es optimizar la productividad del trabajador y del sistema de producción, al mismo tiempo que garantizar la satisfacción, la seguridad y salud de los trabajadores.

El diseño ergonómico del puesto de trabajo debe tener en cuenta las características antropométricas de la población, la adaptación del espacio, las posturas de trabajo, el espacio libre, la interferencia de las partes del cuerpo, el campo visual, la fuerza del trabajador y el estrés biomecánico, entre otros aspectos. Los aspectos organizativos de la tarea también son tenidos en cuenta.

Para diseñar correctamente las condiciones que debe reunir un puesto de trabajo se tiene que tener en cuenta, entre otros, los siguientes factores:

- Los riesgos de carácter mecánico que puedan existir.
- Los riesgos causados por una postura de trabajo incorrecta fruto de un diseño incorrecto de asientos, taburetes, etc.
- Riesgos relacionados con la actividad del trabajador (por ejemplo, por las posturas de trabajo mantenidas, sobreesfuerzos o movimientos efectuados durante el trabajo de forma incorrecta o la sobrecarga sufrida de las capacidades de percepción y atención del trabajador).
- Riesgos relativos a la energía (la electricidad, el aire comprimido, los gases, la temperatura, los agentes químicos, etc.)

El diseño adecuado del puesto de trabajo debe servir para:

- Garantizar una correcta disposición del espacio de trabajo.
- Evitar los esfuerzos innecesarios. Los esfuerzos nunca deben sobrepasar la capacidad física del trabajador.
- Evitar movimientos que fuercen los sistemas articulares.
- Evitar los trabajos excesivamente repetitivos.

Normativa básica

- La salud y la Seguridad en el Trabajo. Los principios básicos de la ergonomía. Organización Internacional del Trabajo OIT”.(7:8)



### **Ergonomía en el trabajo**

#### 8.1 Normas básicas de seguridad y salud

“Las normas básicas de seguridad y salud en los centros de trabajo condicionan de forma significativa las condiciones generales de trabajo y son un conjunto de medidas destinadas a proteger la salud de los trabajadores, prevenir accidentes laborales y promover el cuidado de la maquinaria, herramientas y materiales con los que se trabaja. Las normas se concretan en un conjunto de prácticas de sentido común donde el elemento clave es la actitud responsable y la concienciación de todas las personas a las que afecta.

La eficacia de la norma se concreta en el siguiente principio:

El cumplimiento de estos aspectos aumentará el sentido de seguridad y salud de los trabajadores y disminuirán los riesgos profesionales de accidentes y enfermedades en el trabajo.

Las empresas deben llevar un registro en un libro adecuado y visado de todos los siniestros laborales que se producen indicando la fecha, hora, partes y personas afectadas y tipo de gravedad del accidente: leve, grave, o mortal.

Con el registro de los accidentes de trabajo se establecen las estadísticas de siniestralidad laboral a nivel de empresa y de otros ámbitos superiores territorialmente o sectorialmente. De acuerdo con las estadísticas de siniestralidad se establecen los planes, campañas o proyectos de prevención de accidentes laborales”.(1:20`



Clasificación de depósitos para basura

## Capítulo IV

### 4 Proceso de evaluación

#### 4.1 Evaluación del diagnóstico

La evaluación de esta etapa se realizó a través de una lista de cotejo, formada con los elementos que el equipo de trabajo consideró importante verificar y analizar obteniendo un resultado positivo.

#### Lista de cotejo

No.	Indicadores	Si	No
1	¿Se elaboró solicitud de realización de proyecto, fue aprobada por la institución?	X	
2	¿La institución contaba con demasiadas necesidades?	X	
3	¿La institución proporcionó la información y el material de forma cordial?	X	
4	¿Se utilizaron las técnicas apropiadas para desarrollar el diagnóstico?	X	
5	¿Se seleccionó un problema viable y factible?	X	
6	¿Se establecieron las posibles soluciones al problema seleccionado?	X	
7	¿Se cumplieron los objetivos propuestos?	X	

#### Interpretación:

El criterio **SI** prevalece un 100%

## 4.2 Evaluación del perfil

Se realizó a través de una lista de cotejo, en la que contempla todos los elementos que formaron parte del diseño, planificación y análisis del proyecto

### Interpretación:

No.	Indicadores	Si	No
1	¿Se eligió el tipo de proyecto?	X	
2	¿Se encontró una justificación aprobada para realizar el proyecto?	X	
3	¿Se establecieron las metas y los objetivos del proyecto?	X	
4	¿Se enumeraron los beneficiarios directos e indirectos del proyecto?	X	
5	¿Se establecieron las fuentes de financiamiento?	X	
6	¿Se elaboró un presupuesto?	X	
7	¿Se elaboró el cronograma de las actividades a ejecutar en el proyecto?	X	
8	¿Se establecieron los recursos a utilizar en el proyecto?	X	

El criterio **SI** prevalece un 100%

### 4.3. Evaluación de la ejecución

Se verificó el avance del proyecto a través de una lista de cotejo elaborada con los elementos y procesos programados y el alcance de lo ejecutado, con el fin de establecer una línea de desarrollo de objetivos logrando las metas para así beneficiar a la Escuela oficial Mixta de la Colonia San Pedro.

#### Lista de cotejo

#### Interpretación:

No	Indicadores	Si	No
1	¿Se llevaron a cabo una de las actividades en el tiempo previsto?	X	
2	¿Se encontraron dificultades en la realización de algunas actividades?	X	
3	¿Se lograron solucionar las dificultades encontradas en la realización de algunas actividades?	X	
4	¿Se obtuvieron los resultados que se esperaban?	X	
5	¿Fueron satisfactorios los productos obtenidos?	X	
6	¿Se obtuvieron los logros deseados?	X	

El criterio **SI** prevalece en los indicadores propuestos

#### 4.4 Evaluación final

Fue realizada para verificar el cumplimiento de los objetivos planteados en el proyecto, así también, para detectar las fortalezas de la investigación y el buen desarrollo de las actividades planificadas en el cronograma, a través de una encuesta dirigida al personal Educativo.

#### Encuesta

Le solicitamos su colaboración para responder la presente encuesta marcando con una X el recuadro de la opción **SI** o con una X el recuadro de la opción **NO** dependiendo de la respuesta que usted considere correcta. El propósito de la misma es recabar información que nos permita resolver el alcance obtenido con el proyecto realizado en la Escuela de Educación de la Colonia San Pedro de Escuintla.

1. ¿Considera que el proyecto resolvió uno de los problemas o carencias que tiene la Escuela de San Pedro de Escuintla?

**SI**

**NO**

2. ¿El proyecto beneficia a los alumnos y maestros de la Escuela San Pedro?

**SI**

**NO**

3. ¿Considera que el proyecto contribuirá a mejorar un mejor ambiente educacional?

**SI**

**NO**

4. ¿Es satisfactorio para el personal que ahí labora, el proyecto realizado?

**SI**

**NO**

5. ¿Está usted conforme con el objetivo del proyecto realizado?

**SI**

**NO**

6. ¿Cree usted que el proyecto ejecutado era necesario en la escuela San Pedro Escuintla?

**SI**

**NO**

7. ¿Conoce usted los beneficios que se brindaron con este proyecto?

**SI**

**NO**

## **Conclusiones**

1. El vivir en un ambiente libre de contaminación nos hace sentir cómodos, y mejora el desempeño físico, emocional e intelectual.
2. El objetivo principal de la higiene es mejorar la salud, conservarla y prevenir enfermedades e infecciones.
3. La práctica de la higiene debe aplicarse continuamente para evitar enfermedades provocadas por contaminación, especialmente en la institución donde el objetivo sea conservar la salud.

## **Recomendaciones**

1. Tomar en cuenta las normas higiénicas que debe poner en práctica el personal que labora en una institución.
2. Evitar la propagación de infecciones manteniendo un entorno seguro y libre de contaminación.
3. Depositar los desechos orgánicos e inorgánicos en el depósito de basura correspondiente con sus respectivas tapaderas evitando la contaminación ambiental.

## Bibliografía

1. CORTÉS DÍAZ, José María (2007). Técnicas de prevención de riesgos laborales: Seguridad e higiene del trabajo. Editorial Tebár, S.L. ISBN 978-84-7360-272-3. Pág. 20
2. GONZALEZ, Letayf- ( México 1996) - *Seguridad, higiene y control ambiental* - Edit. Mc GRAW – HILL. Pag.1,3,8.
3. MIR Y NAVARRO, M. *Elementos de Fisiología e Higiene*. Barcelona, Imp. De Subirana Hermanos, 1902, p. 188.
4. NAVARRO PEDREÑO, MORAL HERRERO, GÓMEZ LUCAS y MATAIX BENEYTO. *Desechos Orgánicos e Inorgánicos*. Universidad de Alicante. 1995. Pag. 37, 48
5. ORGANIZACIÓN Mundial de la Salud, *Manual, Real Decreto 485/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo*, BOE n.º 97 de 23-4-1997, España (20-1-2008). Pag. 77
6. SANZ-GALLÉN P, IZQUIERDO J, PRAT MARÍN A. Hábitos de Higiene. Springer-Verlag Ibérica. Barcelona.1995.pag. 15
7. TORTOSA, L.; GARCÍA MOLINA, C.; Page, A.; FERRERAS, A. (1999). *Ergonomía y discapacidad*. Instituto de Biomecánica de Valencia (IBV), Valencia. ISBN 84-923974-8-9.Pag. 8
8. VIÑAO FRAGO, A. "Higiene, salud y educación en su perspectiva histórica", *Áreas. Revista de ciencias sociales*, 2000, nº 20, pag 9.
9. WALKER, FREDY A. (2003) "Residuos biológicos" Manual informativo de Desechos Sólidos. Pág. 3
10. YACKSON, YEISON F. (2001)"Cuidados en la Higiene personal" Manual Pdehigiene personal. Editorial Perla. pag 12.

# APÉNDICE



**USAC**  
TRICENTENARIA  
Universidad de San Carlos de Guatemala

*Universidad de San Carlos de Guatemala*  
*Facultad de Humanidades*

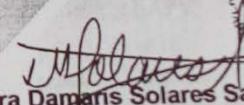
Guatemala, 09 de Mayo 2016

Licenciado  
**HAROLDO HERNÁN CAÑAS MARQUEZ**  
Asesor de EPS  
Facultad de Humanidades  
Presente

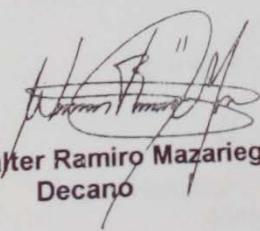
Atentamente se le informa que ha sido nombrado como ASESOR que deberá orientar y dictaminar sobre el trabajo de EPS (X) que ejecutará la estudiante

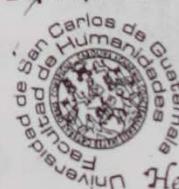
**DORA ADELINA MARTINEZ GÓMEZ**  
**201224140**

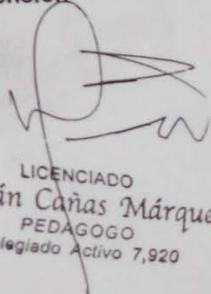
Previo a optar al grado de Licenciada en Pedagogía y Administración Educativa.

  
Licda. Mayra Damans Solares Salazar  
Directora Departamento Extensión



  
Vo. Bo. M.A. Walter Ramiro Mazariegos Biolis  
Decano



  
LICENCIADO  
Hernán Cañas Márquez  
PEDAGOGO  
Colegiado Activo 7,920

C.C expediente  
Archivo.

Universidad de San Carlos de Guatemala  
Facultad de Humanidades

Guatemala, 01 de junio de 2016

Lic. Augusto Del Cid  
Director E.O.U.M. colonia San Pedro  
Presente.

Estimado

Atentamente le saludo y a la vez le informo que la Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala, con el objetivo de participar en la solución de los problemas educativos a nivel nacional, realiza el Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-, con los estudiantes de la carrera de Licenciatura en Pedagogía

Por lo anterior, solicito autorice el Ejercicio Profesional Supervisado la estudiante **Dora Adelina Martínez Gómez** carné No. **201224140**. En la institución que dirige.

El asesor -supervisor asignado realizará visitas constantes, durante el desarrollo de las fases del diagnóstico, perfil, ejecución y evaluación del proyecto.

Deferentemente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Lic. Haroldo Hernán Cañas Marquez

Asesor de EPS  
LICENCIADO

**Hernán Cañas Márquez**

PEDAGOGO

Colegiado Activo 7,920

RECIBI  
COLONIA SAN PEDRO

Guatemala, 30 de septiembre de 2016

Licenciada  
Mayra Solares  
Directora del Departamento de Extensión  
Facultad de Humanidades

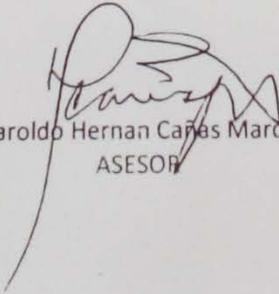
Hago de su conocimiento que el estudiante: Dora Adelina Martínez Gómez

Con carné: 201224140 Dirección para recibir notificaciones: 1ra. Calle colonia San Pedro el  
Patio zona 2, Escuintla

No. de Teléfono: 42784362 Estudiante de Licenciatura en: Pedagogía y Administración  
Educativa

Ha realizado informe final de EPS ( X ) Tesis ( )  
Titulado: Modulo Formando un ambiente sano. Libre de contaminación en la Escuela Oficial Rural  
Urbana Mixta, Colonia San Pedro, Escuintla.

Por lo que se dictamina favorablemente para que le sea nombrada COMISIÓN REVISORA.

  
Lic. Haroldo Hernan Cañas Marquez  
ASESOR

**ANEXO**

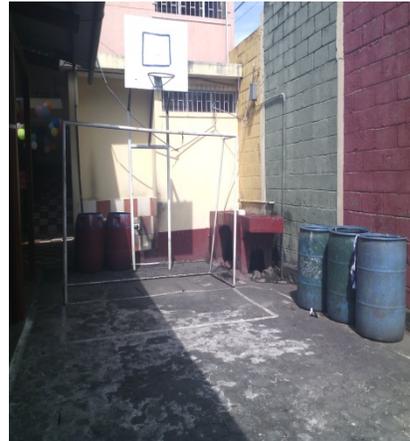
**Frente de la Escuela Oficial Urbana Mixta Colonia San Pedro**



**Depósitos de agua**



**Depósitos de basura**



**Recolector de basura**

