

Joselyn Yohana Marroquin Figueroa.

Guía para El Cuidado de la Higiene Personal dirigida a estudiantes de tercero a sexto primaria de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, Zaragoza, Chimaltenango.

Asesora: Licenciada Ingrid Elizabeth Folgar López.



Facultad de Humanidades
Departamento de Pedagogía

Guatemala mayo de 2018

Este informe es presentado por la autora, como trabajo del informe final del Ejercicio Profesional Supervisado -EPS, previo a optar al grado de Licenciada en Pedagogía y Administración Educativa.

Guatemala, mayo de 2018

Índice

Contenido	página
Resumen	i
Introducción	ii
Capítulo I: Diagnóstico	1
1.1 Contexto	1
1.1.1 Ubicación geográfica	1
1.1.2 Composición social	1
1.1.3 Desarrollo histórico	1
1.1.4 Situación económica	2
1.1.5 Vida política	2
1.1.6 Concepción filosófica	2
1.1.7 Competitividad	2
1.2 Institucional	3
1.2.1 Identidad institucional	3
1.2.2 Desarrollo histórico	3
1.2.3 Usuarios	4
1.2.4 Infraestructura	4
1.2.5 Proyección social	4
1.2.6 Finanzas	4
1.2.7 Política laboral	4
1.2.8 Administración	4
1.2.9 Ambiente institucional	5
1.2.10 Servicios que presta	5
1.2.11 Misión	5
1.2.12 Visión	6
1.3 Lista de carencias identificadas	6

1.4	Conexión con la institución	6
	Institución / comunidad avalada	7
1.5	Análisis institucional	7
1.5.1	Identidad institucional	7
1.5.2	Desarrollo histórico	7
1.5.3	Usuarios	7
1.5.4	Infraestructura	7
1.5.5	Proyección social	7
1.5.6	Finanzas	7
1.5.7	Política laboral	8
1.5.8	Administración	8
1.5.9	Ambiente Institucional	8
1.6	Lista de carencias identificadas	8
1.7	Problematización	9
1.8	Hipótesis – acción	11
1.9	Análisis de viabilidad y factibilidad	13
	Capítulo II: Fundamentación teórica	14
2.1	Higiene personal	14
2.1.1	Consecuencias de una mala higiene personal	16
2.1.2	Enfermedades generales	17
2.1.3	Específicos del género	17
2.1.4	Higiene bucal	18
2.1.5	Higiene de las manos	20
2.1.6	Forma correcta de lavarse las manos	21
2.1.7	Baño diario	22
2.1.8	Higiene de la cabeza (piojos)	24
2.1.8.1	Como quitar los piojos	26

2.1.9	Higiene de uñas	27
2.1.10	Evaluación de fundamentación teórica	28
Capítulo III: Plan de acción		29
3.1	Titulo del proyecto	29
3.2	Problema seleccionado	29
3.3	Hipótesis – acción	29
3.4	Ubicación geográfica de la investigación	29
3.5	Unidad ejecutora	29
3.5.1	Ejecutor de la investigación	29
3.6	Justificación de la investigación	30
3.7	Descripción de la investigación	30
3.8	Objetivos de la investigación	31
3.8.1	General	31
3.8.2	Específicos	31
3.9	Metas	32
3.10	Beneficiarios	32
3.10.1	Directos	32
3.10.2	Indirectos	32
3.11	Actividades para el logro del objetivo	32
3.12	Cronograma	34
3.13	Técnicas y métodos	35
3.14	Recursos	35
3.14.1	Humanos	35
3.14.2	Materiales	36
3.15	Presupuesto	36
3.16	Responsables	39
3.17	Evaluación de la intervención	39

Capítulo IV: Ejecución y sistematización	41
4.1 Descripción de las actividades	41
4.2 Producto	43
4.3 Sistematización de las experiencias	79
4.3.1 Actores	79
4.3.2 Acciones	79
4.3.3 Resultados	79
4.3.4 Implicaciones	79
4.3.5 Lecciones aprendidas	79
Capítulo V: Evaluación del diagnóstico	80
5.1 Del diagnóstico	80
5.2 De la fundamentación teórica	80
5.3 Del diseño del plan de investigación	80
5.4 De la ejecución y sistematización de la intersección	80
Capítulo VI: El voluntariado	85
6.1 Plan de la acción realizada	85
6.2 Sistematización	90
6.3 Evidencia	95
Conclusiones	98
Recomendaciones	99
E- grafía	100
Apéndice	102
Anexos	108

Resumen

Se da a conocer el proceso de ejecución del Ejercicio Profesional Supervisado de la carrera de, Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, Facultad de Humanidades, de la Universidad de San Carlos de Guatemala, ejecutado en la Oficina Municipal de la Niñez y Adolescencia, Ubicada en la 4^{ta}. Avenida, Zona 3 Colona Lo de Pérez, en el municipio de Zaragoza, Chimaltenango.

En este proceso se realizaron diferentes capítulo, de acuerdo a lo establecido por la Universidad de San Carlos de Guatemala, elaborando como producto final una guía pedagógica, enfocada a la higiene personal, dirigida a estudiantes de tercero a sexto primaria, de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, del municipio de Zaragoza, departamento de Chimaltenango, dentro de las cuales se realizaron capacitaciones, exposiciones, dinámicas, evaluaciones enfocadas a la importancia de la aplicación de la higiene personal y cada una de las consecuencias ante la falta de la misma, tomando como contenidos a impartir, el baño diario, limpieza bucal, lavado de manos, como evitar el contagio de los piojos y su eliminación, cambio de ropa, recorte de uñas, como parte de la ejecución del proyecto se construyeron lavamanos en los servicios sanitarios del centro educativo, se hizo entrega de utensilios de higiene personal a los estudiantes motivándolos a mantener una buena higiene.

Introducción

Los estudiantes de la carrera de, Licenciatura en Pedagogía con y Administración educativa, de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades, capaces de afrontar las distintas situaciones profesionales que presenta la sociedad educativa, llevaron a cabo el proceso del Ejercicio Profesional Supervisado, con el fin de proyectar nuevas ideas de cambio y mejora para nuestro país, en el cual se capacito a los estudiantes, de tercero a sexto primaria, de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, ubicada en la 4^{ta}. Avenida, zona 3, Colonia Lo de Pérez, del municipio de Zaragoza, departamento de Chimaltenango, con el tema de higiene personal.

El siguiente informe tiene como objetivo, dar a conocer los procesos realizados en el, Ejercicio Profesional Supervisado, asignada por la, Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades, haciendo constar, la ejecución de cada uno de los capítulos que a continuación se mencionan.

Capítulo I: diagnóstico, es la base del informe, en la que se aplicaron diferentes técnicas, para la recopilación de la información solicitada, de la institución seleccionada “avalada y avaladora”, entre las que se aplicaron entrevistas, observaciones constantes, e investigación en sitios web, siendo la necesaria para poder conocer cada una de las debilidades y fortalezas que presenta la institución, escogiendo un problema, en donde se realizó una hipótesis acción a alcanzar, de acuerdo a la viabilidad y factibilidad, presentada para su ejecución.

Capítulo II: fundamentación teórica, son todos los contenidos que se aplicaron durante la ejecución del informe y capacitaciones, realizadas ante la solución que se pretende alcanzar, ante el problema seleccionado.

Capítulo III: plan de acción, se describe cada una de las diferentes actividades y materiales a utilizar y realizar, durante la ejecución de lo plasmado, en los capítulos anteriores, dando a conocer detalladamente, cada uno de los procedimientos a trabajar, recursos, presupuesto ante lo que se pretende alcanzar.

Capítulo IV: ejecución y sistematización de la Investigación, relata cada una de las distintas actividades realizadas, durante todo el proceso de ejecución, descripción, e investigación, de cada una de las etapas ya trabajadas, en el Ejercicio Profesional Supervisado, juntamente con la culminación de capacitaciones educativas, y elaboración de una guía pedagógica, dirigida a, estudiantes de tercero a sexto primaria, de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, del municipio de Zaragoza, Chimaltenango, con el tema de Higiene Personal.

Capítulo V: evaluación del proceso, se utilizó como instrumento de evaluación, ante la culminación de cada capítulo y proceso realizado, una lista de cotejo, dando a conocer si se llegaron a alcanzar las diferentes actividades planificadas, dentro del cronograma y plan de acción, así mismo las experiencias obtenidas ante cada etapa.

De igual manera, se elaboró una guía pedagógica, aplicada a estudiante, de tercero a sexto primaria, de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, del municipio de Zaragoza, departamento de Chimaltenango, con el tema de higiene personal, impartiendo capacitaciones, con apoyo de personal capacitado del centro de salud, del mismo municipio, personal docente y epesista, de igual manera se presentan conclusiones, recomendaciones, anexos, apéndice y e-grafías que forman parte importante del presente informe.

Capítulo I

Diagnostico

1.1 Contexto

1.1.1 Ubicación geográfica

1^{ra}. Calle 1-55 zona 1, Zaragoza, Chimaltenango.

1.1.2 Composición social

Proporcional a todos los ciudadanos del municipio de Zaragoza, Chimaltenango un servicio de calidad y profesional ayudando al desenvolvimiento de todas las familias del mismo trabajando por una municipalidad prospera educativa y desarrollada.

1.1.3 Desarrollo histórico

Zaragoza según la historia era un valle llamado Chicaj luego fue conocido con el nombre de Chicoj o Chixoc, que en lengua Kaqchikel quiere decir: Francisco Oj, quien era un cacique Kaqchikel de reconocido mando, persona que era el dueño de estas tierras en la época pre-colonial en el año de 1711, se le conoció también como el Valle de los Duraznos.

En el año de 1761 vinieron a radicarse varias familias españolas al lugar, quienes designaron una comisión para gestionar al gobierno precedido por Don Alfonso de Heredia, la creación oficial del pueblo, a lo cual accedió, nombrándole Valle de Nuestra Señora del Pilar de Heredia, sin embargo muchos años después, por acuerdo gubernativo de 27 de enero de 1892, queda establecido el municipio de Zaragoza, cuyo nombre se debe a que la mayoría de los españoles radicados eran oriundos de la Villa de Zaragoza, España; entre de los que se encontraba la Princesa Zara, bella dama, distinguida e influyente, quien se empeñó en lograr que el municipio se llamara así.

Diagnóstico institucional de la municipalidad de Zaragoza, Chimaltenango, elaborado por el secretario municipal; José Esaú Figueroa Porras en el año de 2014, página consultada, No.36.

Por ahora se desconoce la fecha en que Zaragoza, se eligió en municipio. El acuerdo gubernativo del 27 enero 1892 restableció la municipalidad que había sido suprimida y aunque en el mismo se indica que ello sucedió en el año 1888, el acuerdo gubernativo de supresión no aparece en la Recopilación de Leyes, de los años 1879 a 1891.

1.1.4 Situación económica

Trabaja con las finanzas que le brinda el estado de Guatemala y gestiones a instituciones ajenas.

1.1.5 Vida política

Se hacen elecciones de alcalde cada cuatro años el cual se encuentra a cargo de las oficinas y con tratar su diferente personal para el servicio de los ciudadanos.

1.1.6 Concepción filosófica

Se trabaja bajo la filosofía de los valores que exige la institución y así mismo su prioridad es el cumplimiento de la misión y visión que se pretenden alcanzar.

1.1.7 Competitividad

Sin evidencia

1.2 Institucional

1.2.1 Identidad institucional

Oficina Municipal de la Niñez y Adolescencia

1.2.2 Desarrollo histórico

Oficina Municipal de la Niñez y Adolescencia en todo el departamento. Su objetivo: funcionar como un vínculo entre el gobierno municipal y este sector de población.

En dicha inauguración participaron el señor Alcalde, el Concejo Municipal, los miembros de las Redes Juveniles, vecinos de la comunidad, representantes de algunas de las instituciones departamentales y el personal administrativo de Pami.

Uno de los grandes logros que se vinculan con la apertura de esta Oficina, que empezará, partir de su implementación se dará inicio a la ejecución de 15 proyectos establecidos en la Política Pública Municipal centrada en los Derechos Sexuales y Reproductivos a favor de la Niñez y Adolescencia.

La apertura de esta Oficina permite también la visualización de la niñez y adolescencia del municipio, quienes conforman casi la mitad de sus habitantes; y apunta a la inversión de calidad tan necesaria para niñas, niños y adolescentes del mismo.

El señor Alcalde Municipal mencionó en su discurso inaugural que el gran reto que su administración enfrenta es la ejecución de la Política Pública, pero que está dispuesto a hacer caminar el proceso.

1.2.3 Los usuarios

La Municipalidad de Zaragoza, Chimaltenango cuenta con un personal no muy extenso dentro de las oficinas de la niñez y adolescencia a cargo ya que solamente cuenta con el responsable y en ciertas oficinas una secretaria.

1.2.4 Infraestructura

La Oficina Municipal de la Niñez y Adolescencia cuenta únicamente con dos oficinas entre las cuales encontramos la principal y la otra que es en la que labora la psicóloga así mismo se hace uso de un salón de usos Múltiples que presta la Municipalidad de Zaragoza para trabajar los diferentes talleres y capacitaciones, están hechos a base de block, hierro, cemento y otros materiales, cuenta con piso

1.2.5 Proyección social

Ayudar ha sobre salir a todos aquellos Niños y Adolescentes del municipio de Zaragoza Chimaltenango con la finalidad de lograr formar personas de bien para la sociedad con un desenvolvimiento apropiado en valores como profesionalmente.

1.2.6 Finanzas

Trabaja con las finanzas que le brinda el estado de Guatemala y gestiones a instituciones ajenas.

1.2.7 política laboral

Las Oficina Municipal de la Niñez y Adolescencia únicamente debe mantener el nivel de estudios universitarios necesarios para poder laboral y los valores personales que son fundamentales.

1.2.8 Administración

La administración de la oficina se encuentra a cargo de las dos licenciadas a cargo con poyo de las diferentes organizaciones que la conforman ante todas sus actividades y procesos.

1.2.9 Ambiente Institucional

El personal a cargo de la Oficina Municipal de la Niñez y Adolescencia del municipio de Zaragoza, Chimaltenango, presenta un ambiente institucional agradable y colaborativo por cada una de las identidades que la conforman trabajando en equipo y apoyo mutuo ante las diferentes actividades que esta institución realiza para el servicio de la comunidad.

1.2.10 servicios que presta

La Oficina Municipal de la Niñez y Adolescencia del municipio de Zaragoza Chimaltenango es la encargada de organizar y trabajar con grupos de niños y adolescentes que no tienen un buen desarrollo en su vida social , emocional y académica identificando cada una de sus necesidades brindándoles apoyo para que los mismo puedan tener un mejor desarrollo y futuro.

1.2.11 Misión

En el municipio de Zaragoza, todas las instituciones están integradas al COMUPRE, las organizaciones gubernamentales y no gubernamentales trabajan coordinadamente con las autoridades municipales y comunitarias, comprometidas a gestionar insumos necesarios junto a la oficina municipal de Protección de la Niñez y Adolescencia, en beneficio de las comunidades. Padres y madres de familia responsables en el cuidado de sus hijos e hijas, comprometidos a brindarles todas las necesidades básicas, participan activamente en talleres, charlas y capacitaciones. Los maestros comprometidos a brindar una buena educación, con amor y paciencia a la niñez y adolescencia, creando un ambiente correcto, agradable, seguro en donde ellos y ellas se sientan cómodos, seguros, protegidos y atraídos para que el aprendizaje sea significativo.

1.2.12 Visión

Ser un el enlace municipal entre la corporación y las comunidades, coordinar y articular actividades con instituciones, organizaciones gubernamentales y no gubernamentales, para promover los derechos de la niñez y adolescencia. Brindar charlas a padres y madres de familia, capacitaciones para docentes. Realizar monitoreo constantes a padres, madres, estudiantes y docentes de las comunidades.

1.3 Lista de carencias identificadas

- Falta de personal
- No cuenta con una impresora dentro de la oficina
- No tiene el espacio necesario para la colocación de material
- No cuenta con un teléfono propio
- La infraestructura se encuentra en mal estado
- no cuenta con medios de transporte para asistir a las diferentes aldeas.
- No cuenta
- con capacitadores para trabajar los diferentes talleres
- No cuenta con lugar de espera.

1.4 Conexión con la institución

La Oficina Municipal de la Niñez y Adolescencia está ampliamente con la Escuela Oficia Urbana Mixta Cantonal Zaragoza, Chimaltenango ya que su principal enfoque es el trabajo con los niños y adolescentes para sus mejoras y su desarrollo.

1.5 Análisis institucional

1.5.1 Identidad Institucional

Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal Zaragoza, Chimaltenango.

1.5.2 Desarrollo histórico

En el año de 1987 se creó una nueva colonia dentro del casco urbano del municipio de Zaragoza, Chimaltenango llamado Colonia lo de Pérez en la cual fue fundada la escuela Oficial Rural Mixta Cantonal Zaragoza, Chimaltenango para impartir clases a los mismos ciudadanos de la zona 3 impartiendo preprimaria y primaria en la actualidad se dan clases de nivel medio desde el año 2,000 se cuenta con un aproximado de 200 alumnos.

1.5.3 los usuarios

La Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal Zaragoza, Chimaltenango cuenta con un personal no muy extenso dentro de la oficina el cual está conformado por la directora a cargo, ocho maestras de grado y un profesor de educación física y uno de computación.

1.5.4 Infraestructura

La escuela Oficial Rural Mixta Cantonal Zaragoza, Chimaltenango cuenta con diez salones de clases una dirección pequeña y un corredor pequeño para que los niños jueguen, su construcción es de block con ventanas pequeñas y u techado de lámina los salones de clases cuentan con piso y el corredor con una torta de cemento.

1.5.5 Proyección social

Ayudar ha sobre salir a todos aquellos Niños y Adolescentes del municipio de Zaragoza Chimaltenango con la finalidad de lograr formar personas de bien para la sociedad, con un desenvolvimiento apropiado en valores como profesionalmente.

1.5.6 Finanzas

La Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal Zaragoza, Chimaltenango es financiada por parte del gobierno Ministerio de educación y actividades extra escolares que se realizan para dichas actividades.

1.5.7 política laboral

Sin evidencia, ya que las maestras son contratadas por el Ministerio de educación.

1.5.8 Administración

La Administración del centro educativo es administrada indirectamente por la coordinadora del municipio de Zaragoza Y directamente por la directora a cargo del mismo.

1.5.9 Ambiente institucional

Se mantiene un ambiente agradable de mucha armonía y compañerismo por parte de los maestros y alumnos ya que el trabajo es realizado en equipo manteniendo la armonía y tranquilidad dentro de la institución.

1.6 Lista de carencias identificadas

- Necesidad de un salón más amplio para aplicación de capacitaciones y talleres.
- Falta de higiene personal.
- No se cuenta con un depósito de agua para consumo diario.
- Falta de utensilio de higiene personal para uso de los estudiantes.
- Carencia de guía pedagógica sobre la importancia de la higiene personal en los estudiantes.
- Carencia de equipo de sonido para talleres y capacitaciones.
- Falta de archiveros.
- No se cuenta con timbre en la Institución.
- No se cuenta con una impresora en la oficina.
- No se cuenta con suficiente personal docente.

1.7 Problematicación

Carencias	Problemas
Necesidad de un salón más amplio para aplicación de capacitaciones y talleres.	¿Por qué es necesario un salón más amplio en la institución?
Falta de higiene personal.	¿Cómo afecta a las personas de la institución la falta de higiene personal?
No se cuenta con un depósito de agua para consumo diario.	¿Cómo afecta la falta de utensilios en la higiene personal de los estudiantes?
Falta de utensilios de higiene personal para uso de los estudiantes.	¿Cómo afecta la falta de utensilios de higiene personal en los estudiantes?
Carencia de guía pedagógica sobre la importancia de la higiene personal en los estudiantes.	¿Cómo afecta la falta de una guía pedagógica sobre los lineamientos adecuados para la higiene personal del estudiante?
Carencia de equipo de sonido para talleres y capacitaciones.	¿Qué beneficios traerá un equipo de sonido en las capacitaciones de la institución?

Carencias	Problemas
Falta de archiveros.	¿Cuáles son las consecuencias que presenta la falta de archiveros en la oficina?
No se cuenta con timbre en la Institución.	¿Cómo afecta a docentes y estudiantes la falta de un timbre en la institución?
No se cuenta con una impresora dentro de la oficina.	¿Cómo afecta la falta de una impresora al servicio de la institución?
No se cuenta con suficiente personal docente.	¿Cómo afecta a los estudiantes la falta de personal docente?

1.8 Hipótesis – acción

Problema	Hipótesis – acción
¿Por qué es necesario un salón más amplio en la institución?	Sí se construye un salón de usos múltiples más amplio, entonces se trabajarían mejor las diferentes actividades educativas.
¿Cómo afecta a las personas de la institución la falta de higiene personal?	Si se desarrollan programas de formación de higiene personal, entonces se puede mejorar la aplicación y salud en los estudiantes.
¿Cómo afecta la falta de un depósito de agua pura dentro de la institución?	Si se coloca un depósito de agua pura para el consumo de los estudiantes, entonces se evitara el consumo de agua contaminada.
¿Cómo afecta la falta de utensilios de higiene personal en los estudiantes?	Si se entregaran los utensilios necesarios para la higiene personal de cada estudiante, entonces se les enseñaría la forma correcta de utilizarlos para su limpieza corporal y salud.
¿Cómo afecta la falta de una guía pedagógica con los lineamientos adecuados para la higiene personal del estudiante?	Si se realiza una guía pedagógica con cada uno de los lineamientos adecuados para el cuidado de la higiene personal, entonces se puede mejorar la enseñanza y aplicación de la misma evitando enfermedades en los estudiantes.

Problema	Hipótesis – acción
¿Qué beneficios traerá un equipo de sonido a las capacitaciones del personal de la institución?	Si se compra un equipo de sonido adecuado para el uso de la institución, entonces se dará de una forma adecuada y clara la información a todos los estudiantes.
¿Cuáles son las consecuencias que presenta la falta de archiveros en la oficina del centro educativo?	Si, se colocara un archivero en la secretaria de la institución, entonces mejoraría la administración de documentos.
¿Cómo afecta a docentes y estudiantes la falta de un timbre en la institución?	Si se colocara un timbre dentro de la institución, entonces los estudiantes y docentes, tendrían una mejor organización ante el cambio de periodos de clases y actos cívicos.
¿Cómo afecta la falta de una impresora al servicio de la oficina?	Si se solicita una impresora, entonces mejoraría la accesibilidad de documentos.
¿Cómo afecta a los estudiantes la falta de personal docente?	Si se contratara más personal docente, entonces los estudiantes tendrían un mejor aprendizaje.

1.9 Viabilidad y Factibilidad

No.	Indicador.	Si	No
	Financiero.		
01	¿Se cuenta con recursos financieros necesarios?		X
02	¿Se cuenta con financiamiento de otras instituciones?		X
03	¿Se cuenta con recursos para la ejecución?		X
04	¿Existe la posibilidad de préstamos?	X	
	Administración Legal.		
05	¿Se tiene el aval de la administradora de la institución?	X	
06	¿Existe alguna ley que ampare la ejecución del proyecto?	X	
07	¿Se tiene representación legal?	X	
08	¿El proyecto, cumple con la publicidad en relación a las leyes del país?	X	
09	¿Se cumple con los requisitos necesarios para la ejecución?	X	
	Técnico.		
10	¿Se tiene el espacio adecuado para la ejecución del proyecto?	X	
11	¿Se tiene definida la cobertura del proyecto?	X	
12	¿Se cuenta con el material necesario para la ejecución?	X	
13	¿Se cuenta con apoyo técnico para la ejecución?	X	
14	¿Se tiene definidas las metas?	X	
15	¿El tiempo programado es suficiente para la ejecución del proyecto?	X	
16	¿Se diseñaron controles de calidad para la ejecución?	X	
17	¿Las actividades corresponden a los objetivos trazados?	X	
18	¿Se han cumplido las especificaciones necesarias para la ejecución del proyecto?	X	
	Político.		
19	¿Es importante la ejecución del proyecto para el centro educativa?	X	
20	¿La institución será responsable del proyecto?	X	
	Cultural.		
21	¿El proyecto responde a las necesidades de la comunidad educativa?	X	
22	¿El proyecto impulsa a la equidad e igualdad de género?	X	

Capítulo II

Fundamentación teórica

2.1 Higiene personal

En la adquisición de estos hábitos juega un papel fundamental la familia. El niño tiende a hacer aquello que ve, aunque en el Centro Educativo se hable sobre higiene y se tenga establecida una serie de hábitos, difícilmente llegarán a formar parte de su estilo de vida si sus padres con su actitud y comportamiento no contribuyen a ello.

Es importante que el niño disponga de todos los útiles necesarios para su aseo: jabón, papel higiénico, cepillo de dientes, peine, toalla... y se sienta responsable de ellos. Sí come en el colegio sería interesante que dispusiera de una bolsita de aseo o al menos cepillo y pasta dental.

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

La escuela se constituye en un espacio fundamental para lograr inculcar hábitos.

Usted como docente deberá de enseñar a los niños y a las niñas a: 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.

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.

- Haga que cada día antes y después del refrigerio o almuerzo escolar, los niños y las niñas, se laven las manos y se cepillen los dientes.
- Inspeccione las uñas de los niños y niñas, y haga que las corten una vez a la semana.
- Inspeccione sus cabezas para ver si tienen piojos. Si es así comuníquelo a sus padres para que inicien un proceso de limpieza a los niños.
- No permita que anden descalzos, escupan en el suelo, boten basura o pongan cosas sucias en su boca.
- Resalte siempre las conductas higiénicas de niños y niñas, y valore su esfuerzo por mantenerse limpio.

2.1.1 Consecuencias de una mala higiene personal

- **Olor en el cuerpo** Una de las primeras y más prominentes consecuencias de la falta de higiene es el olor corporal. Esto ocurre debido a la interacción de las bacterias y el sudor producido por las glándulas apócrifas. Como las bacterias prosperan en el sudor sin lavar, con el tiempo producen el olor comúnmente asociado con el olor corporal. El olor corporal también puede provenir de malos hábitos en el baño, lo que resulta en el olor de las heces o la orina.
- **Mal aliento** El mal aliento resulta una consecuencia más fácilmente reconocible de la falta de higiene. Comúnmente se desarrolla a partir de no cepillarse ni limpiarse con hilo dental regularmente. El mal aliento se forma debido a dos razones principales. En primer lugar, las bacterias prosperan en las partículas de alimentos que se pegan a los dientes. Como las bacterias digieren la comida, sus subproductos resultan en mal olor. Los alimentos también pueden quedar atrapados en los dientes y pudrirse con el tiempo, produciendo un olor fétido, de acuerdo con la American Dental Asociación.
- **Enfermedades dentales** No sólo la falta de higiene dental causa mal aliento, también puede conducir a la enfermedad dental. Al permitir que las partículas de alimentos y bacterias se acumulen en los dientes, comienza a formarse una capa llamada placa. Las bacterias de la placa liberan ácidos, que rompen el esmalte de los dientes. A medida que este proceso continúa en el tiempo, una sustancia dura llamada cálculo puede formarse en los dientes, irritando las encías que los rodean. Esta irritación puede progresar a gingivitis, lo que lleva a la inflamación de las encías, que posteriormente puede conducir a la enfermedad de las encías.

Fuente: muyfits.com/importante-higiene-personal-tip_25008)

2.1.2 Enfermedades generales

Las prácticas de higiene, como lavarse las manos, son las maneras más eficaces de prevenir las enfermedades y su propagación, de acuerdo con la Clínica Mayo y el Center for Disease Control and Prevention (CDC). Tus manos están en constante contacto con el medio ambiente y tu cara, lo que facilita el transporte de la superficie.

de un objeto o persona infectada, a tu nariz o boca. Lavarse las manos con agua limpia y jabón ayuda a reducir la cantidad de bacterias en la piel, lo que reduce la probabilidad de contraer enfermedades como el resfriado común, la influenza (gripe), salmonelosis, hepatitis A, la fiebre tifoidea, estreptococos y las infecciones por estafilococos.

2.1.3 Específico del género

Los hombres y las mujeres tienen necesidades higiénicas únicas que si se ignoran, pueden conducir a problemas de salud.

Por ejemplo, los hombres que tienen un pene no circuncidado necesitan retraer el prepucio con regularidad y limpiar por adentro, para evitar la inflamación, la fimosis (cuando el pene no puede retraer completamente el prepucio), o las adherencias del pene. Las mujeres deben mantener limpios los genitales, y siempre limpiarse de adelante hacia atrás después de ir al baño para evitar la introducción de infecciones del recto en la uretra.

Fuente: muyfits.com/importante-higiene-personal-tip_25008

2.1.4 Higiene bucal

La buena higiene bucal proporciona una boca que luce y huele saludablemente. Esto significa que:

- Sus dientes están limpios y no hay restos de alimentos.
- Las encías presentan un color rosado y no duelen o sangran durante el cepillado o la limpieza con hilo dental.
- El mal aliento no es un problema constante.

Si las encías duelen o sangran durante el cepillado o la limpieza con hilo dental, o usted sufre de mal aliento persistente, visite a su dentista.

Una de las cosas más importantes que usted puede hacer por sus dientes y encías es mantener una buena higiene bucal.

Los dientes sanos no sólo le dan un buen aspecto a su persona y lo hacen sentirse bien, sino que le permiten hablar y comer apropiadamente.

La buena salud bucal es un bienestar para poder una buena higiene en todo nuestro cuerpo ya que esta es una de las primordiales fuentes para nuestra.

Los cuidados preventivos diarios, como el cepillado, uso de hilo dental y enjuague bucal, evitan problemas posteriores, y son menos dolorosos y menos costosos que los tratamientos por una infección que se ha dejado progresar.

Fuente:www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca.../consejos-higiene-bucal.html

En los intervalos entre las visitas regulares al dentista, hay pautas simples que cada uno de nosotros puede seguir para reducir significativamente el desarrollo de caries, las enfermedades de las encías y otros problemas dentales:

1. Cepíllese en profundidad, use hilo dental y enjuague bucal por lo menos dos veces al día.
2. Ingiera una dieta equilibrada y reduzca las ingestas entre comidas.
3. Utilice productos dentales con flúor, inclusive la pasta de dientes
4. Use enjuagues bucales fluoruros si su dentista lo indica.

El cepillado debe realizarse introduciendo los filamentos del cepillo en el espacio que se forma entre las piezas dentales. Se debe también pasar el cepillo por la cara interna de las mejillas, la lengua, el paladar y las encías, si están sanos. Hay llagas que pueden remediarse realizando enjuagues de agua con sal. En caso de observar alguna anomalía hay que acudir al especialista.

2.1.5 Higiene de las manos

En menos de un minuto, un lavado de manos eficiente puede contribuir de forma significativa a reducir el riesgo de enfermedades respiratorias, gastrointestinales y a romper el ciclo de transmisión de virus como la influenza. En la primera mitad del siglo XIX, el médico IngasPhilippSemmelweis introdujo el lavado de manos para los médicos antes y después de atender a los pacientes en la primera clínica ginecológica de Viena, luego de dar cuenta de la existencia de una “materia cadavérica” que era transportada por las manos de médicos y estudiantes de los cadáveres a las madres que atendían en trabajo de parto. Hoy en día, sabemos que lo que Semmelweis llamó “materia cadavérica” no era otra cosa que patógenos que pasaban de las manos del personal de salud al paciente, ocasionando diversas enfermedades. Como se ha hecho desde 2008, el 15 de octubre se conmemora el Día mundial del lavado de manos, abriendo la ocasión perfecta para promover una cultura de este sencillo hábito que además de rápido y económico, trae consigo grandes beneficios a la salud. Por ejemplo, cuando lavamos nuestras manos luego de ir al baño o de cambiar a un bebé, eliminamos la mayor fuente de patógenos causantes de enfermedades diarreicas, ya que en solo un gramo de heces humanas puede haber cerca de 10 millones de virus y bacterias. El lavado de manos con agua y jabón es también una práctica fundamental en la atención médica. A través del programa para la Seguridad del Paciente, la Organización Mundial de la Salud (OMS) lanzó en mayo de 2009 la campaña Salve vidas: límpiense las manos, a fin de incrementar la consciencia alrededor del mundo sobre la importancia de la higiene de manos para reducir las infecciones asociadas a la atención sanitaria.

Conmemora el Día mundial del lavado de manos compartiendo el hábito con tus amigos, familiares y conoce

2.1.6 Forma correcta de lavarse las manos



Imagen de: <https://www.google.com.gt/search?q=Higiene+de+manos&tbm=isch&>

2.1.7 Baño diario

El baño tiene una serie de funciones como eliminar la secreción sebácea, la transpiración, células muertas y algunas bacterias que se han acumulado.

También estimúlala circulación: un baño caliente o templado dilata los vasos superficiales.

El baño también provoca un sentido de bienestar en las personas. Es refrescante y relajante y ayuda frecuentemente a la moral, apariencia y auto respeto del individuo. El procedimiento del baño nos da la oportunidad de valorar al paciente, tanto desde el punto de vista físico, condiciones de la piel, erupciones, edema sacro, como desde el punto de vista mental y/o emocional.

Higiene: Son normas de conservación de la salud, tanto de las personas como del medio ambiente. Es la limpieza y el aseo de tanto de la población como de las viviendas.

Hábitos: Es el modo o forma especial de conducirse. Son las costumbres que practicamos.

Hábitos de higiene: Son las costumbres o normas relacionadas con el aseo y la salud de las personas y del ambiente en que se desenvuelve cada uno de ellos.

La higiene personal: Son todas las actividades prácticas, hábitos que tenemos de forma sistemática todas las personas para prevenir enfermedades y fomentar la salud física y mental.

Entre los principales hábitos de higiene personal tenemos Baño diario:

- El baño diario es importante porque nos sirve para:
- Mantenernos limpios
- Limpiarnos la piel
- Refrescarnos
- Botar el sudor
- Quitar la pereza
- Reanimar el cuerpo
- Baja la fiebre.

Además del baño también es muy importante usar ropa limpia, secarnos bien el cuerpo, peinarnos y usar algunas cosas que nos ayudan a evitar los malos olores en nuestro cuerpo como desodorantes.

Además, si incluimos en el concepto de salud la **salud mental**, debemos decir que el baño es el momento predilecto para la **liberación y reducción de estrés, la relajación, y la meditación**.

A su vez, este hábito es uno de los principales medios de **descarga de tensión**, por lo que es especialmente efectivo ante dolores de cabeza y contracturas.

2.1.8 Higiene de la cabeza (piojos)

Adquiere un producto contra los piojos: acude preferiblemente a tu farmacia. Allí recibirás información por parte de un profesional de los diferentes champús para eliminar piojos que existen actualmente en el mercado, así como de sus características y su efectividad. Sigue las instrucciones indicadas en el producto anti piojos, de manera que puedas matar a los piojos padres y a sus crías antes de que el piojo tenga capacidad de reproducirse. Los productos no suelen acabar con las liendres o huevos del piojo, por eso es importante matar al piojo antes de que alcance su fase reproductiva.

Cómo eliminar los piojos

Utiliza un peine anti piojos de púas finas, específico para eliminar los piojos y liendres del pelo de tus hijos. El uso de este peine anti liendres es muy sencillo: lo primero que debes hacer es desenredar bien el pelo de tu hijo y echarlo hacia delante, de manera que le tape la cara. A continuación, llena un poco el lavabo con agua y comienza a pasar el peine, de atrás hacia delante y tocando la piel de la cabeza. Una vez termines de peinar a tu hijo, asegúrate de limpiar bien las púas del peine, pues de lo contrario podría convertirse en una nueva fuente de contagio.

Piojos y vinagre: Un buen remedio casero para quitar los piojos es el vinagre: cada vez que laves la cabeza de tus niños, después del champú y el aclarado, échales un chorro de vinagre. En todo caso, después de lavarle la cabeza al niño conviene aplicar siempre un suavizante o acondicionador. En el peinado diario hay que humedecer generosamente la cabeza con colonia para niños o aplicar gomina.

Observa a tu hijo y su entorno: si el niño empieza a rascarse con frecuencia, si le ves con el pelo muy revuelto o te dice que le pica la cabeza, examínale ese mismo día para ver si tiene piojos y eliminar las liendres.

Evita el pelo largo y suelto: cuanto más corto lleve el pelo tu hijo, menos posibilidades existen de que se produzcan contagios. Las niñas suelen tener más facilidad para coger piojos al llevar el pelo largo, por eso es importante que hagas coletas o trenzas a tu hija, que le impidan entrar en contacto directo con el pelo de otros niños.

A la hora del baño, cada niño debe tener su propia toalla y su propio peine o cepillo, tanto en casa como en el colegio. También es aconsejable que en clase los niños guarden sus jerséis, chaquetas y gorros en su propia mochila, en lugar de colgar las prendas en los ganchos de los armarios del colegio, que suelen estar muy juntos.

Peinarse a diario, antes de salir de casa y de meterse en la cama. El peinado del cabello no sólo es efectivo para detectar piojos o liendres (los huevos que ponen estos insectos), sino también para eliminar estas larvas, ya que las púas del peine actúan despegándolas del pelo. Son especialmente efectivos, en este sentido, los peines de púa fina.

Evitar el contagio por parte de otras personas. Las infestaciones de piojos se producen por contagio, pasando en muchas ocasiones de la cabeza de una persona a la de otra directamente. Por esta razón, una medida fundamental para prevenir una plaga de este tipo es limitar el contacto directo con individuos que puedan estar infectados evitando los abrazos, los juegos en el patio.

Fuente: www.proyectopedagogicodeaula-higiene.bligoo.com/la-importancia-de-uncabello-limpio

2.1.8.1 Cómo quitar los piojos

Enseña a tu hijo a cuidar su pelo: aunque en España no está muy extendido, en Estados Unidos se ha puesto de moda el web combina, que consiste en enseñar a los niños a peinarse con una lendreras después de la ducha y con el pelo mojado.

La detección precoz es el mejor tratamiento para quitar los piojos: revisa a menudo las cabezas de tus hijos y en caso de descubrir piojos, aplica un tratamiento seguro y eficaz. Es aconsejable seguir unas pautas de higiene que optimicen el tratamiento anti-piojos, como desinfectar cepillos y peines sumergiéndolos en alcohol o agua caliente durante una hora. En caso de infesta de piojos, informa inmediatamente al colegio, pero sin crear alarma. Conciénciate de que el hecho de que tu hijo tenga piojos no es motivo de vergüenza. Así ayudarás a otros padres a evitar y controlar la aparición de piojos en el pelo de sus hijos. De igual manera, no te escandalices si recibes una carta del colegio avisando de una posible infesta de piojos. Simplemente revisa más a menudo las cabezas de tus hijos y estate pendiente de los signos que podrían indicar una infesta.



Imágenes obtenidas de:

<https://www.google.co.in/search?hl=en&biw=1951&bih=916&tbn=isch&sa>

Fuente: <https://www.guiainfantil.com/salud/higiene/piojos.htm>

2.1.9 Higiene de uñas

La limpieza de las uñas ya que en esta zona del cuerpo suelen acumularse suciedad, pero también gérmenes y bacterias que pueden enfermar a las personas.

Muchas personas y no solo niños se muerden las uñas, se rascan y luego se tocan la boca y estas son formas de ingresar gérmenes y sustancias nocivas al cuerpo. La poca limpieza de las uñas de las manos puede generar infecciones en las personas.

Es vital higienizarse muy bien las manos para prevenir estar en contacto con gérmenes y bacterias para que no se alojen en las uñas y luego ingresen al cuerpo por la nariz o boca.

Además de lavarse las manos con agua y jabón en forma regular, se debe cepillarse las uñas con cepillo de cerdas blandas para retirar suciedad que se encuentra en esta zona.

También cuando se tiene residuos por haber trabajado con algún producto como tierra, polvo, etc. se puede embeber un hisopo en agua oxigenada para quitar restos de suciedad y desinfectar bien las uñas.

Es aconsejable usar guantes para realizar ciertas tareas para que las uñas no se ensucien demasiado y luego no se tan difícil limpiarlas.

Fuente:www.news.urban360.mx/156883/la-importancia-de-la-higiene-en-las-unas

2.1.10 Evaluación de fundamentación teórica

Actividad/ aspectos/elementos.	Si	No	Comentario.
¿La teoría presentada corresponde al tema contenido en el problema?	X		
¿El contenido presentado es suficiente para tener claridad respecto al tema?	X		
¿Las fuentes consultadas son suficientes para caracterizar el tema?	X		
¿Se hacen citas correctamente dentro de las normas de un sistema específico?	X		
¿Las referencias bibliográficas contienen todos los elementos requeridos como fuente?		X	
¿Se evidencia aporte del epesista en el desarrollo de la teoría presentada?	X		

Capítulo III

Plan de acción.

3.1 Título del proyecto

Guía para “El cuidado de la higiene personal dirigida a los estudiantes de tercero a sexto primaria, de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, de Zaragoza, Chimaltenango.

3.2 Problema Seleccionado

Cómo afecta a las personas de la Escuela Oficial Rural mixta Cantonal, de Zaragoza, Chimaltenango la falta de higiene personal.

Escuela Oficial Rural mixta Cantonal, de Zaragoza, Chimaltenango.

3.3 Hipótesis de Acción

Si se desarrollan programas de formación de higiene personal, entonces se puede mejorar la aplicación y salud en los estudiantes de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, del municipio de Zaragoza, Chimaltenango.

3.4 Ubicación geográfica de la intervención

4^{ta}. Avenida, Zona 3, Colonia Lo de Pérez Zaragoza, Chimaltenango.

3.5 Unidad ejecutora

Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades, sección Chimaltenango.

3.5.1 Ejecutor de la Intervención

Epesista; Joselyn Yohana Marroquín Figueroa. **Carné:** 201320851.

3.6 Justificación de la investigación

La falta de lavamanos en los centros educativos, incrementa las enfermedades por falta de higiene personal.

El lavado de nuestras manos, es esencial para una buena salud e higiene personal, lavar nuestras manos con agua y jabón, varias veces al día cada vez que sea necesario, como lo es antes de comer, luego de venir de la calle, acariciar animales, tocar dinero, currar heridas, luego de hacer uso de sanitario previniendo infecciones y enfermedades, a causas de los gérmenes que rodean el ambiente.

Una pobre higiene puede traer: consecuencias graves a la salud ya que puede causar un sin número de enfermedades, diariamente mueren 1,400 niños, debido a enfermedades diarreicas, causadas por la falta de agua potable, saneamientos e higiene.

Fuente: www.muymfitns.com/importante-higiene-personal-tip_25008)

3.7 Descripción de la intervención

El proyecto consiste en, la elaboración de una guía pedagógica, sobre " la aplicación de la higiene personal " en las instalaciones de la, Escuela Oficial Rural Mixta, Cantonal del municipio de Zaragoza, departamento de Chimaltenango.

Para el desarrollo del proyecto, se realizarán capacitaciones educativas, tratando temas de realce en la higiene del ser humano, la forma correcta de realizala, en cada una de las diferentes partes de nuestro cuerpo, la consecuencia que presenta en la vida y en el desarrollo personal. **30**

El proyecto incrementara en los estudiantes, personal docente y comunidad, de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal del municipio, de Zaragoza,

Chimaltenango, la importancia que tienen mantener la aplicación de una buena higiene personal en nuestro cuerpo, como también cada una de las consecuencias ante la ausencia de la misma en la vida personal, académica y social.

3.8 Objetivos de la intervención

3.8.1 General

- Educar sobre la higiene personal para mejora de salud y desarrollo de la comunidad educativa de Zaragoza, Chimaltenango.

3.8.2 Específicos

- Elaborar una guía pedagógica, con la importancia de la higiene personal, aplicada a los estudiantes, de tercero a sexto primaria de la Escuela Oficial Urbana Mixta Cantonal, Zaragoza, Chimaltenango.
- Mejorar la educación sobre la higiene personal, en los estudiantes de la, Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, del municipio de Zaragoza, Chimaltenango.
- Concientizar en los estudiantes y docentes, de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, del municipio de Zaragoza, Chimaltenango, la importancia que tiene la higiene personal en nuestra salud y desarrollo personal.

- Complementación de área de higiene personal y entrega de utensilios, para uso de los estudiantes, de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, de Zaragoza, Chimaltenango.

3.9 Metas

Alcanzar un máximo conocimiento de la importancia de la higiene personal en los estudiantes.

Mantener una máxima aplicación de la higiene personal en el centro educativo disminuyendo el crecimiento de enfermedades por falta de la misma.

3.10 Beneficiarios

3.10.1 Directos

Los estudiantes de la escuela Oficial Urbana Mixta Cantonal Zaragoza, Chimaltenango.

3.10.2 Indirectos

Docentes del centro educativo y padres de familia.

3.11 Actividades para el logro de los objetivos

- Entrega de solicitud para la realización de capacitaciones educativas de higiene personal, en la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, de Zaragoza, Chimaltenango.
- Entrega de solicitud, para las personas profesionales del Centro de Salud del municipio de Zaragoza, Chimaltenango, para implementar las capacitaciones educativas, de la higiene personal.

- Elaboración de una guía pedagógica, sobre el cuidado de la higiene para estudiantes, de tercero a sexto primaria, de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, del municipio de Zaragoza, Chimaltenango.
- Entrega de la guía pedagógica, a la directora de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, de Zaragoza, Chimaltenango.
- Realización de charlas educativas, sobre la importancia de la higiene personal en estudiantes, de tercero a sexto primaria de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, de Zaragoza, Chimaltenango.
- Construcción de lavamanos en los servicios sanitarios, de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, del municipio de Zaragoza, Chimaltenango para uso de los estudiantes.
- Entrega de utensilios de higiene personal, para uso de los estudiantes de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, de Zaragoza, Chimaltenango.
- Culminación de proyecto y capacitaciones educativas sobre la higiene personal en la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal de Zaragoza, Chimaltenango.

3.12 Cronograma

No.	Mes. Actividades.	Mayo.				Junio.				Julio.		Agosto.	
		6	13	20	27	3	10	17	24	22	29	12	19
1.	Presentación de asesores												
2.	Primera reunión con asesores, presentación de guía de trabajo a realizarse en el informe.												
3.	Reunión con autoridades del establecimiento o comunidad para Solicitar la debida autorización para llevar a cabo el proyecto.												
4.	Entrega del plan diagnóstico.												
5.	Segunda reunión con asesor correspondiente, entrega de capítulo I y II "Estudio contextual, fundamentación teórica"												

No.	Mes. Actividad.	Mayo.				Junio.				Julio.		Agosto.	
		6	13	20	27	3	10	17	24	22	29	12	19
6.	Tercera Reunión con asesor, entrega de capítulo III "Plan de investigación"						■	■					
7.	Entrega de capítulo IV y V, evaluación del proceso de implementación de la propuesta.								■	■			
8.	Entrega del capítulo VI. "Voluntariado"										■		
9.	Entrega del informe final de EPS al asesor.											■	■

3.13 Técnicas metodológicas

Se aplicó el método científico juntamente al método empírico ampliando las técnicas de exploratorias, descriptivas y explicativas

3.14 Recursos

3.14.1 humanos

- Asesora del Ejercicio Profesional Supervisado.
- Administradora, docentes, estudiantes y personal operativo de la institución.
- E-pesista encargado de la ejecución del proyecto.

3.14.2 Materiales

- Material audiovisual.
- Instrumentos de higiene personal “toallas, guacales, jabón, cepillos, etc.”
- Hojas.
- Impresiones.
- Marcadores, almohadilla. Lapiceros, etc.
- dora.
- Impresora.

3.15 Presupuesto

Clasificación.	Descripción del producto.	Costo unitario.	Costo total.
Impresiones	Impresión de guía pedagógica e informes.	Q 100.00	Q 1,200.00
Cañonera	Alquiler para la realización de las charlas una hora por charla.	Q 150.00	Q 600.00
Tubos PVC ½	Tubos para la realización de conexión de agua y drenaje de los lavamanos.	Q 25.00	Q 50.00
Tubo PVC 2 pulgadas	Tubo para la salida de agua de lavamanos.	Q 50.00	Q 100.00
Llaves de agua	Llaves de agua para los lavamanos.	Q 30.00	Q 120.00

Clasificación.	Descripción del producto.	Costo unitario.	Costo total.
Cemento	Para la construcción de la base de los lavamanos.	Q 75.00	Q 300.00
Mano de obra	Mano de obra para construir lavamanos y conexión de la tubería.	Q 150.00	Q 750.00
Arena	Dos carretillas de arena para la construcción de la base de los lavamanos.	Q 15.00	Q 30.00
Piedrín	Una carretilla para la construcción de la base de los lavamanos.	Q 20.00	Q 20.00
Block	Block para trabajar la base de los lavamanos.	Q 1.50	Q 45.00
Hierro	Tres varillas de hierro para la base de los lavamanos.	Q 15.00	Q 45.00
Pegamento PVC	Un bote de pegamento PVC para la instalación de drenajes.	Q 45.00	Q 45.00

Clasificación.	Descripción del producto.	Costo unitario.	Costo total.
Viáticos	Viajes realizados para la ejecución del proyecto.	Q 40.00	Q 480.00
Refacciones	Se dará una reacción ante la inauguración de las Charlas educativas y proyecto.	Q 5.00	Q 600.00
Utensilios de limpieza personal	Jabones líquidos.	Q 10.00	Q 60.00
Utensilios de limpieza	Toallas de mano.	Q 18.00	Q 108.00
Material didáctico	Material didáctico para la institución sobre la importancia de la higiene personal y la forma correcta de aplicarla	Q 300.00	Q 300.00
TOTAL			Q 4,755.00

3.16 Responsables

- Universidad de San Carlos de Guatemala Humanidades
- Epesista a cargo
- Capacitadores del centro de salud
- Docentes de la institución.

3.17 Evaluación de la intervención

Elementos del plan.	Si	No	Comentarios.
¿Es completa la identificación institucional del (la) epesista?	X		
¿El problema es el priorizado en el diagnostico?	X		
¿La hipótesis – acción es la que corresponde al problema priorizado?	X		
¿La ubicación de la intervención es precisa?	X		
¿La justificación para realizar la intervención es válida ante el problema a intervenir?	X		
¿El objetivo general expresa claramente el impacto que se espera probar con la intervención?	X		
¿Los objetivos específicos son pertinentes para contribuir al logro del objetivo general?	X		
¿Las metas son cuantificaciones verificables			

de los objetivos específicos?	X		
¿Las actividades propuestas están orientadas al logro de los objetivos específicos?	X		
¿Los beneficiarios están bien identificados?	X		
¿Las técnicas a utilizar son las apropiadas para las actividades a realizar?	X		
¿El tiempo signado a cada actividad es apropiado para su realización?	X		
¿Están claramente determinados los responsables de cada acción?	X		
¿El presupuesto abarca todos los costos de la intervención?	X		
¿Se determinó en el presupuesto el renglón de imprevistos?		X	
¿Están bien identificadas las fuentes de financiamiento que posibilitarán la ejecución del presupuesto?	X		

Capítulo IV
Ejecución y sistematización de la inversión

4.1 Descripción de las actividades realizadas

Actividades realizadas	Resultados obtenidos.
El 15 de mayo solicite autorización para realizar el proyecto en la oficina.	Se obtuvo la autorización por la encargada.
Recitación de información de la municipalidad de Zaragoza, Chimaltenango.	Realización de diagnósticos de la institución y la Oficina de la Niñez y Adolescencia.
Recolección de información del municipio de Zaragoza, Chimaltenango.	Recolección de información de la institución avaladora.
Análisis de la institución avaladora	Análisis de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal.
Análisis sobre la carencia de la institución.	Se obtuvo la carencia que más afecta a la institución.
Análisis de la problematización.	Se obtuvo la hipótesis acción
Elección de problema a resolver	Se obtuvo el problema a resolver en la instituciones

Se realizó el plan de diseño y elaboración de la guía pedagógica de higiene personal.	Se culminó el plan de diseño y la elaboración la guía pedagógica de higiene personal.
Si solicito capacitar a los docentes y alumnos de tercero a sexto primaria de la escuela oficial rural mixta cantonal sobre la higiene personal.	Se capacito a los docentes y alumnos de tercero a sexto primaria de la escuela oficial rural mixta cantonal sobre la higiene personal.
Entrega de utensilios de higiene personal para uso de los estudiantes y docentes.	Se entregó utensilios de higiene personal a los estudiantes.
Construcción de pileta de cuatro lavamanos para mejora de higiene personal en los estudiantes.	Culminación de colocación de lavamanos.

4.2 Producto

Universidad de San Carlos de Guatemala

Facultad de Humanidades

Sección Chimaltenango

Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa



Guía para el cuidado de la higiene personal dirigida al estudiante de tercero a sexto primaria de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, Zaragoza, Chimaltenango.

Autora: Joselyn Yohana Marroquin Figueroa.

Mayo de 2018.

Índice

Contenido	Página
Introducción	i
Importancia de la higiene personal	1
Higiene personal	2
Consecuencias de una mala higiene personal	7
Higiene bucal	11
Higiene de las manos	15
Baño diario	17
Higiene de la cabeza	20
Higiene de uñas	25
Formas de mantener una buena higiene personal	27
Evaluación	29
Glosario	30
E-grafías	33

Introducción

La higiene personal es una de las de precaución más grandes ante el cuidado de la buena salud, desarrollo personal, educativo y profesional, el siguiente material es una guía pedagógica dirigida a estudiantes de tercero a sexto primaria, de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, del municipio de Zaragoza, Chimaltenango dando a conocer la información y aplicación correcta de hábitos ante un buen aseo personal ampliando temas como, lavado de manos, corte de ungas de manos y pies, baño diario, cambio de ropa, cuidado del cuero cabelludo, prevención a la eliminación y expansión de piojos, higiene bucal, forma correcta de cepillarse los dientes , uso de hilo dental y fluoruro, aplicando diversas actividades de aprendizaje como hojas de trabajo, presentaciones de aplicación, concientizando al alumnado, de cada una de las consecuencias que presenta la falta de estos hábitos en el desarrollo de su vida.

Manteniendo como objetivo principal, la mejora de la buena salud en la niñez y adolescencia de nuestro país.

Aprendamos todos juntos la importancia de la higiene personal



ME BAÑO



ME LAVO LAS MANOS



ME PEINO



ME LAVO LOS DIENTES



ME LAVO LA CARA



ME LIMPIO LAS UÑAS

Higiene personal

En la adquisición de estos hábitos juega un papel fundamental la familia. El niño tiende a hacer aquello que ve, aunque en el Centro Educativo se hable sobre higiene y se tenga establecida una serie de hábitos, difícilmente llegarán a formar parte de su estilo de vida si sus padres con su actitud y comportamiento no contribuyen a ello. Es importante que el niño disponga de todos los útiles necesarios para su aseo: jabón, papel higiénico, cepillo de dientes, peine, toalla... y se sienta responsable de ellos. Sí come en el colegio sería interesante que dispusiera de una bolsita de aseo o al menos cepillo y pasta dental. Por supuesto en el colegio debe haber siempre papel higiénico, jabón y toalla.

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

La escuela se constituye en un espacio fundamental para lograr inculcar hábitos.

Usted como docente deberá de enseñar a los niños y a las niñas a:

- Haga que cada día antes y después del refrigerio o almuerzo escolar, los niños y las niñas, se laven las manos y se cepillen los dientes.

- Inspeccione sus cabezas para ver si tienen piojos. Si es así comuníquelo a sus padres para que inicien un proceso de Limpieza a los niños.
- No permita que anden descalzos, escupan en el suelo, boten basura o pongan cosas sucias en su boca.
- Resalte siempre las conductas higiénicas de niños y niñas, y valore su esfuerzo por mantenerse limpio.

Fuente: <https://www.vix.c...higiene-personal>

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.

A continuación, se describirán los principales hábitos de higiene personal y su importancia:

La ducha es la mejor forma de aseo

Con esta práctica se controlan olores naturales de nuestro cuerpo que son producidos básicamente por la transpiración o el sudor. De igual forma evitamos la presencia de gérmenes y bacterias que pueden afectar la salud de nuestra piel.

El lavado del cabello debe realizarse por lo menos dos veces por semana, teniendo cuidado de usar un champú acorde al tipo de cabello. La caspa no es necesariamente sinónimo de desaseo, puede darse por sequedad en el cuero cabelludo.

Cuidado con los piojos

Los piojos son parásitos que se adhieren al cuero cabelludo, pero a medida que crecemos es menos frecuente que tengamos piojos. Se propagan fácilmente, especialmente en lugares donde hay muchos niños que pasan mucho tiempo junto.

El aseo de las uñas evita la presencia de gérmenes

La limpieza y corte de las uñas de manos y pies evita la adquisición de gérmenes y bacterias, así como infecciones.

El cuidado de los ojos previene de enfermedades e infecciones

Los ojos son órganos muy delicados. Por lo tanto, no deben tocarse con las manos sucias ni con pañuelos u otros objetos. Su mecanismo propio de limpieza son las lágrimas.

Al estudiar, leer o ver la televisión es importante mantener buena iluminación de los espacios evitando así un mayor esfuerzo de la vista.

La higiene de la nariz es fundamental para lograr una buena respiración.

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. Sin embargo, es necesario retirarlos varias veces al día, pues además de la incomodidad que representan, contienen partículas y microorganismos filtrados que pueden propiciar enfermedades.

La higiene de las manos es la mejor barrera para evitar muchas enfermedades

Gracias a las manos nos es posible desarrollar todas las actividades que realizamos día a día. El contacto permanente de las manos con los papeles, alimentos, objetos, animales, etc. Favorece el transporte de gérmenes y bacterias causantes de enfermedades como la conjuntivitis o infecciones gastrointestinales (infecciones en el estómago).

Debemos mantenerlas limpias porque con ellas nos tocamos la cara, los ojos, la boca, cogemos algunos alimentos y tocamos a otras personas.

Un hábito fundamental deber ser el lavado de las manos después de ir al baño y también antes de tocar o consumir los alimentos, tanto en casa como en la escuela y en cualquier otro lugar.

La higiene de la boca evita diversas enfermedades

El mal aliento, así como los malos olores, se constituyen en una de las principales causas de rechazo a las personas. La mejor forma de prevenirlo es haciendo un adecuado y periódico lavado de los dientes.

De esta forma también prevenimos algunas de las enfermedades que se producen en la boca. El cepillado de los dientes tras cada comida y la limpieza entre los dientes con seda dental es la medida de prevención más importante. El uso de enjuagues también fortalece la salud de la boca.

La higiene de los oídos facilita la buena escucha

Es conveniente evitar que el agua entre en los oídos, y su aseo debe hacerse de manera periódica, teniendo en cuenta que no se debe introducir objetos en los oídos como: ganchos, pinzas, palillos u otros objetos.

Fuente: <https://www.vix.c...higiene>

Hábitos diarios de higiene personal



Consecuencias de una mala higiene personal

Olor en el cuerpo

Una de las primeras y más prominentes consecuencias de la falta de higiene es el olor corporal. Esto ocurre debido a la interacción de las bacterias y el sudor producido por las glándulas apócrifas. Como las bacterias prosperan en el sudor sin lavar, con el tiempo producen el olor comúnmente asociado con el olor corporal. El olor corporal también puede provenir de malos hábitos en el baño, lo que resulta en el olor de las heces o la orina

Mal aliento

El mal aliento resulta una consecuencia más fácilmente reconocible de la falta de higiene. Comúnmente se desarrolla a partir de no cepillarse ni limpiarse con hilo dental regularmente. El mal aliento se forma debido a dos razones principales. En primer lugar, las bacterias prosperan en las partículas de alimentos que se pegan a los dientes. Como las bacterias digieren la comida, sus subproductos resultan en mal olor. Los alimentos también pueden quedar atrapados en los dientes y pudrirse con el tiempo, produciendo un olor fétido, de acuerdo con la American Dental Asociación.

Enfermedades dentales

No sólo la falta de higiene dental causa mal aliento, también puede conducir a la enfermedad dental. Al permitir que las partículas de alimentos y bacterias se acumulen en los dientes, comienza a formarse una capa llamada placa. Las bacterias de la placa liberan ácidos, que rompen el esmalte de los dientes. A medida que este proceso continúa en el tiempo, una sustancia dura llamada cálculo puede formarse en los dientes, irritando las encías que los rodean. Esta irritación puede progresar a gingivitis, lo que lleva a la inflamación de las encías, que posteriormente puede conducir a la enfermedad de las encías.

Enfermedades generales

Las prácticas de higiene, como lavarse las manos, son las maneras más eficaces de prevenir las enfermedades y su propagación, de acuerdo con la Clínica Mayo y el Center for Disease Control and Prevention (CDC).

Tus manos están en constante contacto con el medio ambiente y tu cara, lo que facilita el transporte de la superficie de un objeto o persona infectada, a tu nariz o boca.

Lo que reduce la probabilidad de contraer enfermedades como el resfriado común, la influenza (gripe), salmonelosis, hepatitis A, la fiebre tifoidea, estreptococos y las infecciones por estafilococos.

Específico del género

Los hombres y las mujeres tienen necesidades higiénicas únicas que si se ignoran, pueden conducir a problemas de salud.

Por ejemplo, los hombres que tienen un pene no circuncidado necesitan retraer el prepucio con regularidad y limpiar por adentro, para evitar la inflamación, la fimosis (cuando el pene no puede retraer completamente el prepucio), o las adherencias del pene.

Las mujeres deben mantener limpios los genitales, y siempre limpiarse de adelante hacia atrás después de ir al baño para evitar la introducción de infecciones del recto en la uretra.



Imagen proporcionada

por: <https://www.google.co.in/search?q=imagenes+animadas+de+una+mala+igiene>

Hoja de trabajo

Actividad

Colorea cada una de las diferentes imágenes que presentan una mala higiene personal.



Escribe tres ejemplos de una buena higiene personal.

1. _____
2. _____
3. _____

Higiene bucal

La buena higiene bucal proporciona una boca que luce y huele saludablemente. Esto significa que:

- Sus dientes están limpios y no hay restos de alimentos
- Las encías presentan un color rosado y no duelen o sangran durante el cepillado o la limpieza con hilo dental
- El mal aliento no es un problema constante

Si las encías duelen o sangran durante el cepillado o la limpieza con hilo dental, o usted sufre de mal aliento persistente, visite a su dentista. Cualquiera es un problema.

Una de las cosas más importantes que usted puede hacer por sus dientes y encías es mantener una buena higiene bucal.

Los dientes sanos no sólo le dan un buen aspecto a su persona y lo hacen sentirse bien, sino que le permiten hablar y comer apropiadamente. La buena salud bucal es un bienestar para poder una buena higiene en todo nuestro cuerpo ya que esta es una de las primordiales fuentes para nuestra buena salud e higiene.

Los cuidados preventivos diarios, como el cepillado, uso de hilo dental y enjuague bucal, evitan problemas posteriores, y son menos dolorosos y menos costosos que los tratamientos por una infección que se ha dejado progresar.

En los intervalos entre las visitas regulares al dentista, hay pautas simples que cada uno de nosotros puede seguir para reducir significativamente el desarrollo de caries, las enfermedades de las encías y otros problemas dentales:

Cepíllese en profundidad, use hilo dental y enjuague bucal por lo menos dos veces al día.

Ingiera una dieta equilibrada y reduzca las ingestas entre comidas

Utilice productos dentales con flúor, inclusive la pasta de dientes

Use enjuagues bucales fluoruros si su dentista lo indica.



1

Coloque el cepillo a 45° en relación a la encía. Realice movimientos de adelante hacia atrás, cepillando así las caras externas de los dientes.



2

Cepille las superficies masticatorias de todos los dientes superiores e inferiores.



3

Cepille las superficies internas de cada diente, utilizando la técnica del paso 1.



4

En las superficies dentarias internas superiores e inferiores, coloque el cepillo verticalmente. Realice movimientos de arriba hacia abajo.



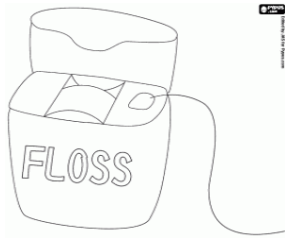
5

Cepille la lengua.

Presentación gráfica, de la forma correcta de lavarse los dientes, a los estudiantes de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal del municipio de Zaragoza, Chimaltenango.

Actividad

Lee, colorea y explica por qué cada uno de los enunciados es de beneficio para nuestra higiene bucal.



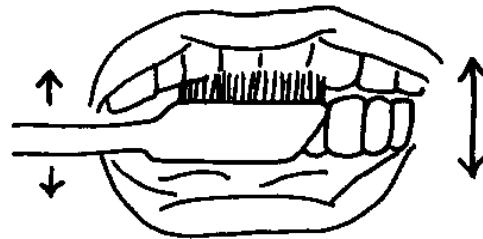
1. Uso de hilo dental
¿Por qué?



2. Lavarse los dientes después de cada comida. ¿Por qué?



3. Asistir al dentista
¿Por qué?



4. Cepillarse los dientes de Forma correcta. ¿Por qué?

En menos de un minuto, un lavado de manos eficiente puede contribuir de forma significativa a reducir el riesgo de enfermedades respiratorias, gastrointestinales y a romper el ciclo de transmisión de virus como la influenza.

En la primera mitad del siglo XIX, el médico IgnazPhilippSemmelweis introdujo el lavado de manos para los médicos antes y después de atender a los pacientes en la primera clínica ginecológica de Viena, luego de dar cuenta de la existencia de una “materia cadavérica” que era transportada por las manos de médicos y estudiantes de los cadáveres a las madres que atendían en trabajo de parto.

Hoy en día, sabemos que lo que Semmelweis llamó “materia cadavérica” no era otra cosa que patógenos que pasaban de las manos del personal de salud al paciente, ocasionando diversas enfermedades.

Como se ha hecho desde 2008, el 15 de octubre se conmemora el Día mundial del lavado de manos, abriendo la ocasión perfecta para promover una cultura de este sencillo hábito que además de rápido y económico, trae consigo grandes beneficios a la salud. Por ejemplo, cuando lavamos nuestras manos luego de ir al baño o de cambiar a un bebé, eliminamos la mayor fuente de patógenos causantes de enfermedades diarreicas, ya que en solo un gramo de heces humanas puede haber cerca de 10 millones de virus y bacterias.

El lavado de manos con agua y jabón es también una práctica fundamental en la atención médica. A través del programa para la Seguridad del Paciente, la Organización Mundial de la Salud (OMS) lanzó en mayo de 2009 la campaña Salve vidas.



Imagen obtenida de: <http://www.google.com.in./secar?hl>. Lavado de manos

El baño tiene una serie de funciones como eliminar la secreción sebácea, la transpiración, células muertas y algunas bacterias que se han acumulado.

También estimúlala circulación: un baño caliente o templado dilata los vasos superficiales.

El baño también provoca un sentido de bienestar en las personas. Es refrescante y relajante y ayuda frecuentemente a la moral, apariencia y auto respeto del individuo. El procedimiento del baño nos da la oportunidad de valorar al paciente, tanto desde el punto de vista físico, condiciones de la piel, erupciones, edema sacro, como desde el punto de vista mental y/o emocional, como por ejemplo: orientación en el tiempo, estado anímico y muchas causas más que afectan al ser humano.

Higiene: Son normas de conservación de la salud, tanto de las personas como del medio ambiente. Es la limpieza y el aseo de tanto de la población como de las viviendas.

Hábitos: Es el modo o forma especial de conducirse. Son las costumbres que practicamos.

Hábitos de higiene: Son las costumbres o normas relacionadas con el aseo y la salud de las personas y del ambiente en que se desenvuelve cada uno de ellos.

La higiene personal: Son todas las actividades prácticas, hábitos que tenemos de forma sistemática todas las personas para prevenir enfermedades y fomentar la salud física y mental. Entre los principales hábitos de higiene personal tenemos Baño diario:

- El baño diario es importante porque nos sirve para:
- Mantenernos limpios
- Limpiarnos la piel
- Refrescarnos
- Botar el sudor
- Quitar la pereza

Además del baño también es muy importante usar ropa limpia, secarnos bien el cuerpo, peinarnos y usar algunas cosas que nos ayudan a evitar los malos olores en nuestro cuerpo como desodorantes, etc.

Fuente: <http://www.ecured.cu-bañarse>

Presentación gráfica: la importancia del baño diario y cambio de ropa



EL BAÑO DIARIO Y LA ROPA LIMPIA

El baño diario es una medida de higiene importante para evitar gérmenes y enfermedades en la convivencia diaria.



limpia.

Imágenes proporcionadas por:

<https://www.google.co.in/search?q=ba%C3%B1o+diario+y+cambio+de+ropa>

Higiene de la cabeza “piojos”

Adquiere un producto contra los piojos: acude preferiblemente a tu farmacia. Allí recibirás información por parte de un profesional de los diferentes champús para eliminar piojos que existen actualmente en el mercado, así como de sus características y su efectividad. Sigue las instrucciones indicadas en el producto anti piojos, de manera que puedas matar a los piojos padres y a sus crías antes de que el piojo tenga capacidad de reproducirse. Los productos no suelen acabar con las liendres o huevos del piojo, por eso es importante matar al piojo antes de que alcance su fase reproductiva.

Cómo eliminar los piojos. Decálogo contra los piojos.

Utiliza un peine anti piojos de púas finas, específico para eliminar los piojos y liendres del pelo de tus hijos. El uso de este peine anti liendres es muy sencillo: lo primero que debes hacer es desenredar bien el pelo de tu hijo y echarlo hacia delante, de manera que le tape la cara. A continuación, llena un poco el lavabo con agua y comienza a pasar el peine, de atrás hacia delante y tocando la piel de la cabeza. Una vez termines de peinar a tu hijo, asegúrate de limpiar bien las púas del peine, pues de lo contrario podría convertirse en una nueva fuente de contagio.

Piojos y vinagre: Un buen remedio casero para quitar los piojos es el vinagre: cada vez que laves la cabeza de tus niños, después del champú y el aclarado, échales un chorro de vinagre. En todo caso, después de lavarle la cabeza al niño conviene aplicar siempre un suavizante o acondicionador. En el peinado diario hay que humedecer generosamente la cabeza con colonia para niños o aplicar gomina.

Observa a tu hijo y su entorno: si el niño empieza a rascarse con frecuencia, si le ves con el pelo muy revuelto o te dice que le pica la cabeza, examínale ese mismo día para ver si tiene piojos y eliminar las liendres.

Evita el pelo largo y suelto: cuanto más corto lleve el pelo tu hijo, menos posibilidades existen de que se produzcan contagios. Las niñas suelen tener más facilidad para coger piojos al llevar el pelo largo, por eso es importante que hagas coletas o trenzas a tu hija, que le impidan entrar en contacto directo con el pelo de otros niños.

A la hora del baño, cada niño debe tener su propia toalla y su propio peine o cepillo, tanto en casa como en el colegio. También es aconsejable que en clase los niños guarden sus jerséis, chaquetas y gorros en su propia mochila, en lugar de colgar las prendas en los ganchos de los armarios del colegio, que suelen estar muy juntos. Evita el contacto de las cabezas de los niños: el momento de más riesgo de contagio de piojos es cuando los niños juntan las cabezas para jugar, se reúnen para hacer un puzle, etc.

Cómo quitar los piojos

Enseña a tu hijo a cuidar su pelo: aunque en España no está muy extendido, en Estados Unidos se ha puesto de moda el web combina, que consiste en enseñar a los niños a peinarse con una lendreras después de la ducha y con el pelo mojado. La detección precoz es el mejor tratamiento para quitar los piojos: revisa a menudo las cabezas de tus hijos y en caso de descubrir piojos, aplica un tratamiento seguro y eficaz. Es aconsejable seguir unas pautas de higiene que optimicen el tratamiento anti-piojos, como desinfectar cepillos y peines sumergiéndolos en alcohol o agua caliente durante una hora. En caso de infesta de piojos, informa inmediatamente al colegio, pero sin crear alarma. Conciénciate de que el hecho de que tu hijo tenga piojos no es motivo de vergüenza. Así ayudarás a otros padres a evitar y controlar la aparición de piojos en el pelo de sus hijos. De igual manera, no te escandalices si recibes una carta del colegio avisando de una posible infesta de piojos. Simplemente revisa más a menudo las cabezas de tus hijos y estate pendiente de los signos que podrían indicar una infesta.



mágenes obtenidas

de: <https://www.google.co.in/search?hl=en&biw=1951&bih=916&tbm=isch&sa>



Hoja de trabajo

Actividad

Instrucciones: responda de forma negativa o positiva cada uno de los siguientes enunciados, explicando el porqué de su respuesta.

1. Debe bañarse todos los días con abundante agua y jabón “Si No”

¿Por qué?

2. Debe usar la misma ropa interior todos los días “Si No”

¿Por qué?

3. No debe limpiarse la cabeza al momento de tener piojos “Si No”

¿Por qué?

4. A la hora del baño cada quien debe contar con su propia toalla “Si No”
¿Por qué?

5. Al momento de tener piojos debe utilizar champús para piojos y una peineta
lendrera “Si No.”
¿Por qué?

La limpieza de las uñas ya que en esta zona del cuerpo suelen acumularse suciedad, pero también gérmenes y bacterias que pueden enfermar a las personas.

Muchas personas y no solo niños se muerden las uñas, se rascan y luego se tocan la boca y estas son formas de ingresar gérmenes y sustancias nocivas al cuerpo. La poca limpieza de las uñas de las manos puede generar infecciones en las personas.

Es vital higienizarse muy bien las manos para prevenir estar en contacto con gérmenes y bacterias para que no se alojen en las uñas y luego ingresen al cuerpo por la nariz o boca.

Además de lavarse las manos con agua y jabón en forma regular, se debe cepillarse las uñas con cepillo de cerdas blandas para retirar suciedad que se encuentra en esta zona.

También cuando se tiene residuos por haber trabajado con algún producto como tierra, polvo, etc. se puede embeber un hisopo en agua oxigenada para quitar restos de suciedad y desinfectar bien las uñas.

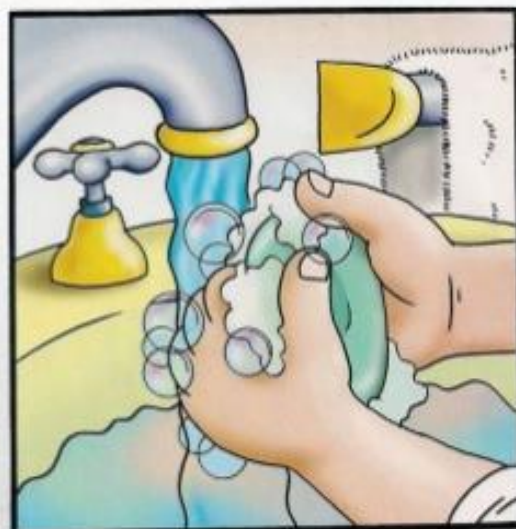
Es aconsejable usar guantes para realizar ciertas tareas para que las uñas no se ensucien demasiado y luego no se tan difícil limpiarlas.

fuentes: <https://www.google.co.in/search?q=higiene+de+las+u%C3%B1as&hl=en&source>

Presentación gráfica: sobre la higiene de las manos y uñas, a los estudiantes de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, del municipio de Zaragoza, departamento de Chimaltenango.

HIGIENE DE LAS MANOS-UÑAS

Las manos, por su relación directa y constante con el medio, son uno de los más importantes vehículos de transmisión de infecciones. Hay que lavárselas con agua y jabón



Las uñas es aconsejable limpiarlas, ya que acumulan suciedad, se deben mantener cortas

Imagen obtenida de: <https://www.google.co.in/search?q=higiene+de+las+u%C3%B1as&hl=es>

Elementos y formas correctas de mantener una buena higiene persona

Para que un ser humano mantenga una buena salud, es necesario mantener una buena higiene personal entre las cuales encontramos.

1. Lavarnos los dientes después de cada comida.
2. Visitar al dentista por una limpieza bucal por lo menos dos veces al año.
3. Utilizar hilo dental y flúor en nuestra higiene bucal evitando residuos de comida que provoquen un mal aliento.
4. Cepillarnos los dientes encillas y lengua de forma correcta evitando lastimarnos o irritar nuestra boca.
5. Bañarnos todo el día, la cabeza por lo menos tres beses a la semana.
6. Revisar constante mente el cuero cabelludo evitando la obtención de piojos.
7. Utilizar peinetas lendreras y champuz anti piojos para la eliminación del mismo.
8. Cambiarse la ropa interior todos los días.

9. Recortar las ungas de los pies y manos evitando la acumulación de bacterias.
10. Lavarse las manos con abundante agua y jabón, antes de cada comida
11. Lavarse las manos luego de ir al sanitario o jugar con mascotas.
12. Lavar los zapatos evitando el mal olor de los mismos.
13. Mantener una toalla para uso personal
14. Lavar correctamente los oídos
15. Cuidar la alimentación que se le da a nuestro organismo

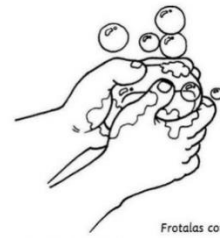
Evaluación

Instrucciones: describa y coloree cada uno de los diferentes tipos de higiene personal que a continuación se le presentan.

Higiene personal.



Higiene bucal.



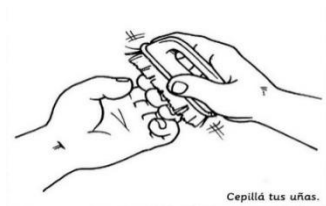
Higiene de las manos.



Baño diario.



Higiene de la cabeza.



Higiene de uñas.



Mala higiene personal.

Glosario

1. **Anímico:** tiene su origen en el latín. En efecto, proviene de ánima, animar cuyo primer significado ha sido soplo, respiración; luego tomó el de principio vital y vida; hasta que finalmente designó al alma. Este vocablo, a su vez, procede del indoeuropeo *en (u)- que significa respirar.
2. **Anti-piojos:** unos son preventivos para evitar que se contagien si en su cole hay una plaga de piojos, y otros son productos de tratamiento para acabar con los piojos y las liendres, bien a base de permitirán en baja concentración o bien con otros componentes naturales que sustituyen a los insecticidas químicos.
3. **Bacterias:** las bacterias son organismos unicelulares microscópicos, sin núcleo ni clorofila, que pueden presentarse desnudas o con una cápsula gelatinosa, aisladas o en grupos y que pueden tener cilios o flagelos.
4. **Contagio:** el contagio es la propagación de una enfermedad más o menos grave de una persona a otra o a más personas. Se dice que la enfermedad es contagiosa.
5. **Edema Sacro:** es la acumulación de líquido en el espacio intercelular o intersticial, además de las cavidades del organismo.
6. **Erupciones de la piel:** puede determinarse a partir de sus características visibles y otros síntomas. En otras ocasiones, la causa es desconocida.

- 7. Estimulación:** es la actividad que se le otorga a los seres vivos para un buen desarrollo o funcionamiento, ya sea por cuestión laboral, afectiva o física. La estimulación se contempla por medio de recompensas o también llamados estímulos, que despiertan en el individuo la motivación para realizar algo.
- 8. Fluoruro:** suelen ser compuestos incoloros (si no están unidos a un grupo coloreado). Los fluoruros de los metales alcalinos son solubles en agua e higroscópicos, mientras que los fluoruros de los elementos alcalinotérreos, especialmente del calcio y del bario, son poco solubles.
- 9. Gingivitis:** es una enfermedad bucal generalmente bacteriana que provoca inflamación y sangrado de las encías, causada por los restos alimenticios que quedan atrapados entre los dientes.
- 10. Gomina:** gel para el pelo o también conocido por marcas comerciales (como gomina, glasora, etc.) es un producto químico empleado para mantener el peinado, fijando el cabello en una posición determinada por la acción de sus estructuras viscosas o cristalizaste.
- 11. Higiene:** se refiere a la limpieza y el aseo, ya sea del cuerpo como de las viviendas o los lugares públicos.
- 12. Hilo dental:** es un conjunto de finos filamentos de nailon o plástico (comúnmente teflón o polietileno) usado para retirar pequeños trozos de comida y placa dental entre los dientes.

- 13. Infesta:** que causa daño o perjuicios *infesta* influencia; *el* infesto dominio *de* las bajas pasiones.
- 14. Inflamación:** es la forma de manifestarse de muchas enfermedades. Se trata de una respuesta inespecífica frente a las agresiones del medio, y está generada por los agentes inflamatorios.
- 15. Ingesta:** se puede definir como un índice capaz de medir el grado de peligrosidad de la ingesta de un aditivo alimentario. La definición más formal expresa que es la cantidad aproximada (en miligramos) de un aditivo presente en un alimento, expresada en relación con el peso corporal y que se puede ingerir a diario, durante toda la vida de una persona, sin que llegue a representar un riesgo apreciable para la salud.
- 16. Jerséis:** especie de jubón o blusa de tejido elástico, grate. de punto de malla.
- 17. Lendreras:** nombre femenino Peine de púas finas y espesas para limpiar el cabello.
- 18. Liendres:** son los huevos de los piojos. Estos últimos las depositan sobre un cabello o un pelo del huésped, donde permanecen hasta que eclosiona.

E-grafías

<https://www.barinas.net.ve/index.php?p=news&id=2538>

(Consultado 07 de junio de 2017, hora 18:32)

www.centralamerica.com/Protex.cuidado-manos,huñas

(Consultado 14 de junio de 2017, hora 15:00)

<https://es.slideshare.net/rafaelnunezmolina5/higiene-personal-24661251>

(Consultado 5 de junio de 2017, hora 15:00)

www.es/mx/oc/oral-health/life...oral.../what-is-good-oral-hygiene

(Consultado 05 de julio de 2017, hora 14:45)

[HTTPS://WWW.GOOGLE.COM.GT/SEARCH?BIW=1951&BIH=916&Q=ORGANIS
MO&OQ](https://www.google.com.gt/search?biw=1951&bih=916&q=ORGANISMO&oeq) (Consultado 11 de junio de 2017, hora 11:00)

www.guiadecuidados.cuidado.net › Hábitos de higiene

(Consultado 5 de junio de 2017, hora 15:00)

www.mx/es/mx/oc/oral-health/life...oral.../what-is-good-oral-hygiene

(Consultado 07 de junio de 2017, hora 19:00)

[www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca.../consejos-higiene-
bucal.html](http://www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca.../consejos-higiene-bucal.html) (Consultado 08 de julio de 2017, hora 15:32)

<https://sites.google.com/site/actfissal/higiene-persol>

(Consultado 18 de junio de 2017, hora 17:23)

4.3 Sistematización de las experiencias

4.3.1 Actores.

Maestros, estudiantes de tercero a cuarto primaria, personal del centro de salud, directora, Epesista.

4.3.2 Acciones.

Se capacitaron a los estudiantes y se realizó una guía pedagógica dirigida a los estudiantes de tercero a sexto primaria de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal del municipio de Zaragoza, Chimaltenango.

4.3.3 Resultados.

Dar a conocer a los estudiantes cada uno de los diferentes benéficos y consecuencias que se dan ante la higiene personal.

4.3.4 Implicaciones.

Para poder llevar a cabo cada uno de los diferentes pasos para la elaboración y aplicación de la guía para el cuidado de la higiene personal aplicada a los estudiantes de tercero a sexto primaria fue necesario mantener una buena disciplina y trabajo en equipo.

4.3.5 Lecciones aprendidas.

Se obtuvo conocimiento de las carencias de higiene personal que se pueden llegar a dar en los centros educativos y las consecuencias que presentan en su desarrollo los estudiantes, de igual manera se obtuvo una experiencia muy bonita en donde sobre sale el trabajo en equipo y el compañerismo.

Capítulo V

Evaluación del proceso

5.1 Evaluación del diagnóstico

Para la evaluación de los diagnósticos institucionales, se aplicó una lista de cotejo, en la cual se describen cada uno de los métodos utilizados, para la obtención de la información solicitada, entre los cuales está la entrevista, observación constante, siendo una etapa en la cual nos pudimos dar cuenta de las formas que la misma trabaja al servicio de la comunidad, dándonos a conocer cada una de las diferentes carencias que la afectan, manteniendo una mejor base sobre el lugar donde se realizara el Ejercicio Profesional Supervisado.

5.2 evaluación de la fundamentación teórica

Para la evaluación de la fundamentación teórica, se aplicó una lista de cotejo en la cuáles se dan a conocer cada uno de los contenidos a trabajar durante todo el proceso, tomando como puntos importantes, que la información y vocabulario fueran aptos para estudiantes de nivel primario y su comprensión.

5.3 Evaluación del diseño del plan de investigación

Se evaluó por medio de una lista de cotejo, En esta etapa se especificó cada uno de los procedimientos a trabajar para la ejecución del problema seleccionado y ejecución de la hipótesis-acción que se pretendía alcanzar, como solución al problema seleccionado, dando a conocer detalladamente cada una de las actividades a realizar, recursos, presupuesto cronograma, tiempo, siendo la base anticipada ante la ejecución de lo que se alcanzar.

5.4 Evaluación de la ejecución y sistematización de la intervención

Se dieron a conocer cada una de las diferentes actividades ya ejecutadas en las cual se describe cada una de las experiencias alcanzadas ante cada proceso y los resultados obtenidos, por medio de la descripción de cada capítulo

Viabilidad y Factibilidad

No.	Indicador.	Si	No
	Financiero.		
01	¿Se cuenta con recursos financieros necesarios?		X
02	¿Se cuenta con financiamiento de otras instituciones?		X
03	¿Se cuenta con recursos para la ejecución?		X
04	¿Existe la posibilidad de préstamos?	X	
	Administración Legal.		
05	¿Se tiene el aval de la administradora de la institución?	X	
06	¿Existe alguna ley que ampare la ejecución del proyecto?	X	
07	¿Se tiene representación legal?	X	
08	¿El proyecto, cumple con la publicidad en relación a las leyes del país?	X	
09	¿Se cumple con los requisitos necesarios para la ejecución?	X	
	Técnico.		
10	¿Se tiene el espacio adecuado para la ejecución del proyecto?	X	
11	¿Se tiene definida la cobertura del proyecto?	X	
12	¿Se cuenta con el material necesario para la ejecución?	X	
13	¿Se cuenta con apoyo técnico para la ejecución?	X	
14	¿Se tiene definidas las metas?	X	
15	¿El tiempo programado es suficiente para la ejecución del proyecto?	X	
16	¿Se diseñaron controles de calidad para la ejecución?	X	
17	¿Las actividades corresponden a los objetivos trazados?	X	
18	¿Se han cumplido las especificaciones necesarias para la ejecución del proyecto?	X	
	Político.		
19	¿Es importante la ejecución del proyecto para el centro educativa?	X	
20	¿La institución será responsable del proyecto?	X	
	Cultural.		
21	¿El proyecto responde a las necesidades de la comunidad educativa?	X	
22	¿El proyecto impulsa a la equidad e igualdad de género?	X	

Evaluación de fundamentación teórica

Actividad/ aspectos/elementos.	Si	No	Comentario.
¿La teoría presentada corresponde al tema contenido en el problema?	X		
¿El contenido presentado es suficiente para tener claridad respecto al tema?	X		
¿Las fuentes consultadas son suficientes para caracterizar el tema?	X		
¿Se hacen citas correctamente dentro de las normas de un sistema específico?	X		
¿Las referencias bibliográficas contienen todos los elementos requeridos como fuente?		X	
¿Se evidencia aporte del epesista en el desarrollo de la teoría presentada?	X		

Elementos del plan.	Si	No	Comentarios.
¿Es completa la identificación institucional del (la) epesista?	X		
¿El problema es el priorizado en el diagnostico?	X		
¿La hipótesis – acción es la que corresponde al problema priorizado?	X		
¿La ubicación de la intervención es precisa?	X		
¿La justificación para realizar la intervención es válida ante el problema a intervenir?	X		
¿El objetivo general expresa claramente el impacto que se espera probar con la intervención?	X		
¿Los objetivos específicos son pertinentes para contribuir al logro del objetivo general?	X		
¿Las metas son cuantificaciones verificables de los objetivos específicos?	X		
¿Las actividades propuestas están orientadas al logro de los objetivos			

específicos?	X		
¿Los beneficiarios están bien identificados?	X		
¿Las técnicas a utilizar son las apropiadas para las actividades a realizar?	X		
¿El tiempo asignado a cada actividad es apropiado para su realización?	X		
¿Están claramente determinados los responsables de cada acción?	X		
¿El presupuesto abarca todos los costos de la intervención?	X		
¿Se determinó en el presupuesto el renglón de imprevistos?		X	
¿Están bien identificadas las fuentes de financiamiento que posibilitarán la ejecución del presupuesto?	X		

Capítulo VI

Voluntariado

6.1 Plan de la acción realizada.

La intervención de los estudiantes epesistas del año 2017 mediante los acabados del segundo y tercer nivel, la instalación de energía eléctrica para la universidad de San Carlos de Guatemala, sede Chimaltenango, Facultad de Humanidades de la carrera de licenciatura en administración educativa, consistió en los siguientes aspectos:

6.1.1 Elaboración del documento de proyecto

Mediante las indicaciones sobre el ejercicio profesional supervisado, llego al consenso a la ejecución del proyecto “Remozamiento e instalación de energía eléctrica del segundo y tercer nivel, de la Facultad de Humanidades, sede Chimaltenango” conocido como voluntariado, con el fin de proporcionar al desarrollo profesional. Mediante el proceso se emprendió diversas actividades de gestión a entidades a fines a la educación e instituciones públicas con fines de negocio.

Se contó con el apoyo del señor Santos Gregorio Inay Bal, maestro de obras, quien tuvo a bien el desarrollo total de lo descrito. Se adjunta en anexo presupuesto y fotografías que dan veracidad del trabajo.

6.1.2 Elaboración de términos de referencia para la cotización

Como epesistas organizados en una junta directiva, se puso a consideración las complicaciones que tendría la ejecución del proyecto grupal, por lo que en una reunión ordinaria se comentó nuevamente con las orientaciones del arquitecto Luis Alfonso.

6.1.3 Sacar a concurso la obra

Previo a definir al proveedor de los servicios de Remozamiento e instalación de energía eléctrica del segundo y tercer nivel, de la Facultad de Humanidades, sede Chimaltengo, a quien se adjudicaría la labor, se solicitó a varios contactos siendo ellos, maestros de obra y albañiles, quienes con su experiencia realizaron un presupuesto preliminar de la obra para que teniendo dichos presupuestos se tomara una opción para la decisión más conveniente para todo el grupo de Epesistas, que además se garantizara una construcción adecuada.

6.1.4 Calificación de ofertas

Teniendo en cuenta los presupuestos presentados por las ofertas del servicio Remozamiento e instalación de energía eléctrica, se analizaron los costos que representan, así mismo las ventajas y oportunidades de cada una, dichas propuestas fueron analizadas por el grupo de epesistas, así como la junta directiva.

6.1.5 Adjudicación del proyecto a la empresa o personal individual designado

Previo al análisis y clasificación de las propuestas de ofertas, se confirmó la obra con el maestro de obras el Sr. Santos Gregorio InayBal en una reunión de trabajo con la Junta Directiva para consensuar, fijando con ello los parámetros del proyecto que se realizarían, bajo su responsabilidad.

6.1.6 Elaboración de contrato

Para la elaboración del proyecto se realizó un contrato con el maestro de obra el Sr. Santos Gregorio InayBal, quien se encargó de la ejecución del desarrollo de la obra junto con su equipo de trabajo para que se lleven a cabo de acuerdo con el tiempo determinado.

6.1.7 Realización de desembolso

El financiamiento estipulado por todos los epesistas, se administró mediante la Junta Directiva y tesorero. La compra de materiales que se necesitaba, la Junta Directiva se encargó juntamente con el maestro de obra electo para realizar dicho trabajo.

6.1.8 Ejecución de la obra

En cuanto al proyecto de Remozamiento e instalación de energía eléctrica del segundo y tercer nivel, de la Facultad de Humanidades, sede Chimaltenango se llevó a cabo los acabados del primer, segundo, tercer nivel y la construcción del cajón del cuarto nivel.

En el segundo nivel se realizó el repello de los dos salones que cuentan con una dimensión de 6m x 7.90, como también se realizó el repello de la parte de afuera del este nivel, y se realizó el repello de las paredes de las gradas la cuales tiene una dimensión de 3.32.m x 3.70m.

En el tercer nivel se realizó el repello de los dos salones que cuentan con una dimensión de 6m x 7.90, como también se realizó el repello de la parte de afuera del este nivel, se realizó el repello de las paredes de las gradas la cuales tiene una dimensión de 3.32.m x 3.70m, y se colocó piso de cerámica en los dos salones y en el pasillo de dicho nivel.

En el cuarto nivel se construyeron las paredes de dos salones que quedaron con una dimensión de 6m x 7,90m dejando ventanas con las medidas de; una de ellas con las con las medidas de 1.30m x 2 m de alto y las otra con las medidas de 2.70m x 2m de altura y una puerta de 1.34m x 3.15m de alto; para cada sal

Universidad de San Carlos de Guatemala.

Facultad de Humanidades.

Departamento de Pedagogía.

Sección Chimaltenango.

Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa.



Perfil del Proyecto de Voluntariado
como parte del EPS, Chimaltenango 2,017.

Acabados del 2do, 3er, nivel e inicio del 4to nivel
del Edificio de la Facultad de
Humanidades Sección Chimaltenango
Chimaltenango marzo 2,017.

Perfil Del Proyecto

Acabados del 2do. y 3er. nivel e inicio del 4to nivel del edificio de la Facultad de Humanidades Sección Chimaltenango

Aspectos generales

Nombre del proyecto

Fase 1:

Acabados del segundo y tercer nivel del edificio de la Facultad de Humanidades, Sección Chimaltenango.

Fase 2:

Construcción del Salón de Usos Múltiples en el cuarto nivel del edificio de la Facultad de Humanidades, Sección Chimaltenango.

Problema

Carencia de Espacio Físico e Insuficiencia de Infraestructura en la Facultad de Humanidades, Sección Chimaltenango.

Localización

1ra. Calle 8-77 zona cuatro, cabecera departamental de Chimaltenango.

Unidad Ejecutora

Estudiantes Epesistas de Licenciatura en Administración Educativa 2017 Sección Chimaltenango.

6.2 Sistematización.

6.2.1 Tipo de Proyecto

Infraestructura

6.2.2 Descripción del Proyecto

El Proyecto de Acabados y Construcción en el segundo, tercer y cuarto nivel del Edificio de la Facultad de Humanidades, Sección Chimaltenango en su fase 1 y 2, consiste en el acabado del sistema de gradas del segundo y tercer nivel. R NMepello, Cernido y Tallado de paredes, columnas, vigas y cielo del segundo y tercer nivel (fase No. 1) Y la Construcción del Salón de Usos Múltiples en el cuarto nivel, con paredes de block sisado con su respectiva corona en un área de 112 metros cuadrados, contribuyendo a maximizar los espacios físicos de la Facultad de Humanidades, de la Sección de Chimaltenango, de la Tricentenario Universidad de San Carlos de Guatemala.

6.2.3 Justificación

La facultad de Humanidades de la Sección de Chimaltenango, en la actualidad funciona en el edificio del Instituto Leónidas Mencos Ávila, de la cabecera departamental de Chimaltenango.

La Universidad de San Carlos de Guatemala es una universidad estatal por lo que sus estudiantes deben proyectarse hacia la sociedad guatemalteca para beneficiarla de los conocimientos adquiridos como una acción de voluntariado. En este caso, mediante la metodología de investigación acción, se propone aportar a la sociedad chimalteca de un recurso de infraestructura En los años recientes y gracias al apoyo del coordinador de la Sección de Chimaltenango y gestión de estudiantes de promociones anteriores, se construyó en el terreno donde se ubica la Facultad de Human

oficinas administrativas, servicios sanitarios, salón de reuniones para docentes, un salón para actividades académicas en el primer nivel y en el segundo y tercer nivel un total de cuatro aulas para llevar a cabo el proceso de enseñanza-aprendizaje. Esta infraestructura es parte de un proceso hacia la independencia física de la sección departamental de la universidad, pues permite contar con un espacio propio para desarrollar actividades administrativas, docentes y académicas.

Ante lo expuesto en el párrafo anterior, es de suma importancia que la Facultad de Humanidades cuente con recursos físicos adecuados para hacer viable la oferta académica que se presenta a esa pujante población de jóvenes, deseosos de alcanzar sus metas a mediano y largo plazo, contribuyendo al desarrollo de nuestra nación.

6.2.4 Objetivos

6.2.4.1 General:

Contribuir en la formación de una cultura de participación social que permita el mejoramiento y la atención de necesidades de infraestructura de los espacios de educación superior, para que cuenten con las condiciones físicas y de equipamiento adecuadas para el desarrollo del proceso educativo.

6.4.2 Específico:

Mejorar las condiciones físicas de infraestructura en las instalaciones de la Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala.

enseñanza-aprendizaje superior y reducir el déficit de infraestructura educativa que enfrenta el sistema educativo guatemalteco; y, en la segunda fase, construcción de las paredes del cuarto nivel para un salón de usos múltiples, a manera de dejar la base de pared para que en un futuro otro grupo de epesistas construya el techo.

6.2.5 Metas

- Construcción de la base de pared del salón de usos múltiples sobre el tercer nivel del edificio de la Facultad de Humanidades de la Universidad de San Carlos de Guatemala, extensión Chimaltenango.
- El acabado de los salones del segundo y tercer nivel.
- Colocación de puertas y ventanas en los dos salones del tercer nivel.
- Colocación de banda perimetral de seguridad al borde del tercer nivel.
- La utilización de las gestiones como medio de financiamiento del proyecto a ejecutar.

6.2.6 Beneficiarios.

6.2.6.1 Directos

Todos los estudiantes legalmente inscritos en la Facultad de Humanidades sección Chimaltenango.

Personal administrativo, catedráticos y estudiantes de la jornada diaria de la Facultad de Humanidades sección Chimaltenango.

6.2.6.2 Indirectos

Personas e instituciones que necesiten hacer uso de las instalaciones y la población en general.

6.2.7 Presupuesto

El presupuesto asciende a una cantidad de Q 190,500.00 aproximadamente.

6.2.8 Recursos

6.2.8.1 Materiales:

- Cemento
- Arena de rio
- Hierro
- Piedrín
- Madera
- Alambre de amarre
- Clavos
- Toneles
- Agua
- Piedrín
- Block
- Herramientas de albañilería

6.2.8.2 Humanos:

- ✓ Epesistas de la carrera de licenciatura y Pedagogía en Administración Educativa
- ✓ Arquitecto
- ✓ Maestro de obra
- ✓ Albañiles

6.2.9 Cronograma

No.	Actividad	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto
1	Elección de directiva y organización general								
2	Análisis y observación de la obra.								
3	Estudio profesional por el arquitecto								
4	Elaboración de cotizaciones								
5	Gestión de recursos								
6	Compra de materiales								
7	Elaboración de la primera fase (acabados del 2do. Y 3er. Nivel)								
8	Elaboración de la segunda fase (cajón y corona del cuarto nivel)								
9	Entrega del proyecto final								

Representantes de Estudiantes Epesistas de Chimaltenango.

F. _____

Claudia Lòpez

F. _____

Cecilia Inay

F. _____

David Ortiz

F. _____

Carlos Rey

6.3 Evidencia de voluntariado

Fotografía No.1: inicio de repello en los salones de clase del segundo nivel de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades, sede Chimaltenango.

Fuente: Claudia López.



Fotografía No.2: inicio de repello en la parte exterior de los salones de clase del segundo nivel de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades, sede Chimaltenango.

Fuente: Claudia López.



Fotografía No.3: inicio de repello en los salones de clase del tercer nivel de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades, sede Chimaltenango.

Fuente: Claudia López.



Fotografía No.4: acabado de repello exterior en el segundo y tercer nivel de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades, sede Chimaltenango.

Fuente: Claudia López



Fotografía No.5: terminación de repello y detalles de los salones de clase del segundo y tercer nivel de la Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades, sede Chimaltenango.

Fuente: Claudia López.



Conclusiones

- Se elaboró una guía pedagógica, con la importancia de la higiene personal, ya que hay muy poco conocimiento de la misma en los padres, maestros y estudiantes, de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, de Zaragoza, Chimaltenango.
- Se mejoró la educación sobre la importancia de la higiene personal y cada uno de los pasos a seguir para la buena aplicación, en los estudiantes, de tercero a sexto primaria, de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, de Zaragoza, de Chimaltenango.
- Se impulsó a estudiantes y maestros de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, del municipio de Zaragoza, Chimaltenango, a practicar correctamente el cuidado de la higiene personal, dándoles a conocer la importancia que tiene en la buena salud y desarrollo personal.
- Se implementó área de higiene personal de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, de Zaragoza, Chimaltenango, así mismo se implementaron utensilios de higiene personal para uso diario de los estudiantes dentro del centro educativo

Recomendaciones

- Se recomienda al personal docente, de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, del municipio de Zaragoza, departamento de Chimaltenango, brindar capacitaciones a los padres de familia o encargados de los estudiantes, sobre la importancia y consecuencias que presenta la higiene personal en el desarrollo de su educación y vida diaria.
- Se recomienda a la comunidad, del municipio de Zaragoza, departamento de Chimaltenango, concientizar a la población, por medio de autoridades municipales, sobre la importancia que tiene la buena higiene personal ante la salud del ser humano.
- Se recomienda al personal docente, dar a conocer a los estudiantes, de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, del municipio de Zaragoza, departamento de Chimaltenango, la utilización de los lavamanos de los servicios sanitarios y utensilios de uso diario de higiene personal.

E-grafías

<https://es.slideshare.net/rafaelnunezmolina5/higiene-personal-24661251>

(Consultado 5 de junio de 2017, hora 15:00)

<http://importancia.De/bañarse/#x224rrJpanuf> (consultada el 17 de junio de 2017, hora 20:23)

<https://prezi.com/zen5.../higiene-personal-cuidado-de-ojos-boca-cabello-piel-y-una>

(Consultado 07 de junio de 2017, hora 18:00)

<https://www.barinas.net.ve/index.php?p=news&id=2538>

(Consultado 07 de junio de 2017, hora 18:32)

<HTTPS://WWW.GOOGLE.COM.GT/SEARCH?BIW=1951&BIH=916&Q=ORGANISMO&OQ> (Consultado 11 de junio de 2017, hora 11:00)

<https://www.guiainfantil.com/salud/higiene/piojos.htm> (Consultado el 27 de mayo de 2017, hora 16:00)

<Http//zaragozaguatemala.blog.spot.com/phistoria.html?mr.=1>

(consultado el 23 de mayo de 2017, hora 13:33)

<www.centralamerica.com/Protex.cuidado-manos,huñas>

(Consultado 14 de junio de 2017, hora 15:00)

www.es/mx/oc/oral-health/life...oral.../what-is-good-oral-higiene
(Consultado 05 de julio de 2017, hora 14:45)

www.guiadecuidados.cuidado.net › Hábitos de higiene
(Consultado 5 de junio de 2017, hora 15:00)

www.msal.gob.ar/index.php/programas-y-planes/388-lavado-de-manos
(Consultado el 22 de mayo de 2017, hora 17:34)

www.mx/es/mx/oc/oral-health/life...oral.../what-is-good-oral-higiene
(Consultado 07 de junio de 2017, hora 19:00)

www.proyectopedagogicodeaula-higiene.bligoo.com/la-importancia-de-un-cabello-limpio
(Consultado el 27 de mayo de 2017, hora 15:25)

www.salud180.com/salud-dia-dia/te-banas-diario (Consultado el 24 de mayo de 2017, hora 14:35)

www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca.../consejos-higiene-bucal.html (Consultado el 22 de mayo de 2017, hora 17:00)

Apéndice

Plan general

3.1 Título del proyecto

Guía para “El cuidado de la higiene personal dirigida a los estudiantes de tercero a sexto primaria, de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, de Zaragoza, Chimaltenango.

3.4 Problema Seleccionado

Cómo afecta a las personas de la Escuela Oficial Rural mixta Cantonal, de Zaragoza, Chimaltenango la falta de higiene personal.

Escuela Oficial Rural mixta Cantonal, de Zaragoza, Chimaltenango.

3.5 Hipótesis de Acción

Si se desarrollan programas de formación de higiene personal, entonces se puede mejorar la aplicación y salud en los estudiantes de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal, del municipio de Zaragoza, Chimaltenango.

3.4 Ubicación geográfica de la intervención

4^{ta}. Avenida, Zona 3, Colonia Lo de Pérez Zaragoza, Chimaltenango.

3.5 Unidad ejecutora

Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Humanidades, sección Chimaltenango.

3.5.1 Ejecutor de la Intervención

Epesista; Joselyn Yohana Marroquín Figueroa. **Carné:** 201320851.

Viabilidad y Factibilidad

No.	Indicador.	Si	No
	Financiero.		
01	¿Se cuenta con recursos financieros necesarios?		X
02	¿Se cuenta con financiamiento de otras instituciones?		X
03	¿Se cuenta con recursos para la ejecución?		X
04	¿Existe la posibilidad de préstamos?	X	
	Administración Legal.		
05	¿Se tiene el aval de la administradora de la institución?	X	
06	¿Existe alguna ley que ampare la ejecución del proyecto?	X	
07	¿Se tiene representación legal?	X	
08	¿El proyecto, cumple con la publicidad en relación a las leyes del país?	X	
09	¿Se cumple con los requisitos necesarios para la ejecución?	X	
	Técnico.		
10	¿Se tiene el espacio adecuado para la ejecución del proyecto?	X	
11	¿Se tiene definida la cobertura del proyecto?	X	
12	¿Se cuenta con el material necesario para la ejecución?	X	
13	¿Se cuenta con apoyo técnico para la ejecución?	X	
14	¿Se tiene definidas las metas?	X	
15	¿El tiempo programado es suficiente para la ejecución del proyecto?	X	
16	¿Se diseñaron controles de calidad para la ejecución?	X	
17	¿Las actividades corresponden a los objetivos trazados?	X	
18	¿Se han cumplido las especificaciones necesarias para la ejecución del proyecto?	X	
	Político.		
19	¿Es importante la ejecución del proyecto para el centro educativa?	X	
20	¿La institución será responsable del proyecto?	X	

Evaluación de fundamentación teórica

Actividad/ aspectos/elementos.	Si	No	Comentario.
¿La teoría presentada corresponde al tema contenido en el problema?	X		
¿El contenido presentado es suficiente para tener claridad respecto al tema?	X		
¿Las fuentes consultadas son suficientes para caracterizar el tema?	X		
¿Se hacen citas correctamente dentro de las normas de un sistema específico?	X		
¿Las referencias bibliográficas contienen todos los elementos requeridos como fuente?		X	
¿Se evidencia aporte del epesista en el desarrollo de la teoría presentada?	X		

Elementos del plan.	Si	No	Comentarios.
¿Es completa la identificación institucional del (la) epeista?	X		
¿El problema es el priorizado en el diagnostico?	X		
¿La hipótesis – acción es la que corresponde al problema priorizado?	X		
¿La ubicación de la intervención es precisa?	X		
¿La justificación para realizar la intervención es válida ante el problema a intervenir?	X		
¿El objetivo general expresa claramente el impacto que se espera probar con la intervención?	X		
¿Los objetivos específicos son pertinentes para contribuir al logro del objetivo general?	X		
¿Las metas son cuantificaciones verificables de los objetivos específicos?	X		
¿Las actividades propuestas están orientadas al logro de los objetivos específicos?	X		

¿Los beneficiarios están bien identificados?	X		
¿Las técnicas a utilizar son las apropiadas para las actividades a realizar?	X		
¿El tiempo signado a cada actividad es apropiado para su realización?	X		
¿Están claramente determinados los responsables de cada acción?	X		
¿El presupuesto abarca todos los costos de la intervención?	X		
¿Se determinó en el presupuesto el renglón de imprevistos?		X	
¿Están bien identificadas las fuentes de financiamiento que posibilitarán la ejecución del presupuesto?	X		

Anexos



Universidad de San Carlos de Guatemala
Facultad de Humanidades

Guatemala, 22 de agosto de 2017.

Licenciado
Santos De Jesús Dávila Aguilar, Director
Departamento de Extensión
Facultad de Humanidades
Presente

Hago de su conocimiento que la estudiante: Joselyn Yohana Marroquin Figueroa, de Licenciatura en: Pedagogía y Administración Educativa, CUI: 2691093230415, Registro Académico: 201320851, Dirección para recibir notificaciones: 4ta. Avenida zona 3 Cantón San Antonio Zaragoza, Chimaltenango, No. de Teléfono: 41068094.

Ha realizado informe final de EPS () Tesis ()

En el periodo de: Mayo a Julio de 2017

Titulado: Guía pedagógica para "el cuidado de higiene personal " dirigido a estudiantes de la Escuela Oficial Rural Mixta Cantonal del municipio de Zaragoza, departamento de Chimaltenango.

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

Licda. Ingrid Elizabeth Folgar López
Asesora

Educación Superior, Incluyente y Proyectiva
Edificio S-4, ciudad universitaria zona 12
Teléfonos: 2418 8601 24188602 24188620
2418 8000 ext. 85301-85302 Fax: 85320

Facultad de  Humanidades



A: Ingeniero. Javier Santizo
Alcalde Municipal del municipio de Zaragoza Chimaltenango

Atentamente le saludo deseándole éxitos en las labores que realiza al servicio del municipio de Zaragoza.

Yo **Joselyn Yohana Marroquín Figueroa**, con carne No. 201320851, estudiante de la Universidad de San Carlos de Guatemala de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, solicito me autorice realizar el Ejercicio Profesional Supervisado EPS, en la institución que dirige, para ser participe en solución de problemas.

Agradeciendo de antemano una respuesta favorable.

Atentamente:

A handwritten signature in black ink, enclosed in a hand-drawn circle. The signature is stylized and appears to read 'Joselyn Yohana Marroquín Figueroa'. There are some additional scribbles and lines around the signature.

Joselyn Yohana Marroquín Figueroa

Estudiante USAC
Tel. 41 06 8094

RECEIVED
30 MAY 2017
Reg. 297