

Edwin Adán Fajardo Maldonado

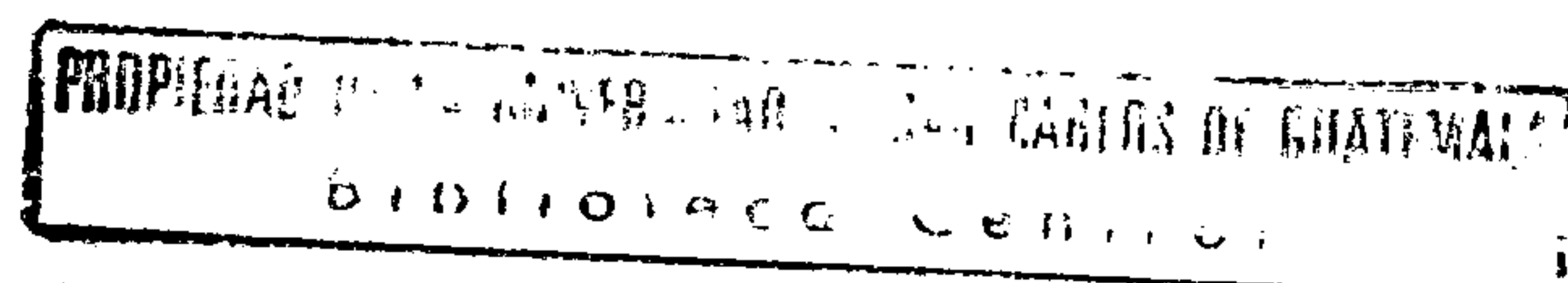
**ACCIONES QUE DESARROLLA LA ESCUELA PRIMARIA
PARA MEJORAR LA HIGIENE ESCOLAR EN EL
MUNICIPIO DE SAN SEBASTIAN,
DEPARTAMENTO DE RETALHULEU**

Asesor: Lic. Francisco Toledo S.



**Universidad de San Carlos de Guatemala
FACULTAD DE HUMANIDADES
Departamento de Pedagogía y
Ciencias de la Educación**

Guatemala, noviembre de 1998.



DW
07
T(946)

Este estudio fue presentado por el autor como trabajo de tesis, requisito previo a su graduación de licenciado en Pedagogía Ciencias de la Educación.

Guatemala, noviembre de 1998

INDICE

	Página
INTRODUCCION	1
CAPITULO 1. MARCO CONCEPTUAL	3
1.1 Antecedentes del problema	3
1.2 Importancia del problema	4
1.3 Planteamiento del problema	4
1.4 Alcances y limites del problema	5
1.4.1 Alcances	5
1.4.2 Límites	5
CAPITULO 2. MARCO TEORICO	6
2.1 Higiene escolar	6
2.2 Valor e importancia de la higiene escolar	6
2.3 Higiene personal del educando	6
2.3.1 Cuidado del cuerpo	7
2.3.2 La piel	8
2.3.3 Cuidado de las uñas	9
2.3.4 Higiene del cabello	9
2.3.5 Higiene del oído	10
2.3.6 Higiene del aparato respiratorio	10
2.3.7 Higiene de los pies	10
2.3.8 Higiene de las manos	11
2.3.9 Higiene de la vista	11
2.3.10 Higiene del vestido	11
2.3.11 Higiene dental	12
2.3.12 Los baños o duchas	13
2.2 La nutrición del educando	13
2.2.1 Concepto de nutrición	13
2.2.2 Alimentos necesarios	13

2.2.3	Prevención de la desnutrición	14
2.2.4	Higiene de los alimentos de la tienda escolar	17
2.2.4.1	Medidas de higiene en la preparación de alimentos	18
2.2.5	Higiene de la refacción escolar	18
2.3	Higiene del ejercicio físico del niño	20
2.3.1	Valor y fines del ejercicio físico	20
2.3.1.1	Los deportes y juegos	21
2.3.1.2	El descanso	21
2.4	El suministro de agua	22
2.4.1	El agua	22
2.4.1.1	El agua potable	22
2.4.1.2	El agua de pozo	22
2.4.1.3	El agua de lluvia	23
2.4.1.4	El agua de río	24
2.5	Higiene de los servicios sanitarios	24
2.5.1	Las letrinas	24
2.5.2	Los inodoros	25
2.5.3	Los retretes urinarios	26
2.5.4	Los lavamanos	26
2.6	Principales consecuencias de una inadecuada higiene	27
2.6.1	Caries dentales	27
2.6.2	Dolores de cabeza	27
2.6.3	Los hongos	28
2.6.4	Los granos	28
2.6.5	Paludismo	28
2.6.6	El tífus	28
2.6.7	La gripe	29
2.6.8	Fiebre tifoidea	29
2.6.9	Parasitismo intestinal (parásitos)	30
2.6.10	El cólera	31
2.6.11	Disentería amebiana o amibiana	32
2.6.12	La tuberculosis	33
2.6.13	Tétanos	33
2.6.14	Rabia o hidrofobia	34

2.6.15	Defectos de la columna vertebral	34
2.6.15.1	La escoliosis	34
2.6.15.2	La cifosis	34
2.6.16	Defectos de la vista	34
2.6.16.1	La miopía	34
2.6.16.2	La hipermetropía	35
2.6.16.3	La presbicia	35
2.6.16.4	El estrabismo	35
2.6.16.5	El daltonismo	35
2.7	Control médico	35
2.7.1	Control de enfermedades infecciosas	36
2.8	Limpieza del aula	36
2.8.1	Limpieza del piso	37
2.8.2	Limpieza de paredes, mobiliario, pizarrones, ventanas	37
2.8.3	El rincón de aseo	38
2.8.4	Los depósitos de basura	38
2.9	Los desinfectantes	39
2.10	Importancia de la escuela en la enseñanza de la higiene	40
2.10.1	Técnicas en la enseñanza-aprendizaje en la educación para la higiene	40
2.10.1.1	Recursos audiovisuales	41
2.10.1.2	Material visual	41
2.10.1.3	Materiales escritos	41
2.10.1.4	Materiales combinados	41
CAPITULO 3. MARCO METODOLOGICO		43
3.1	Objetivos	43
3.2	Variable	43
3.3	Los sujetos	44
3.3.1	Población o universo	44
3.3.2	Muestra	45
3.4	Instrumentos utilizados	45

3.5	Análisis estadístico	46
CAPITULO 4. MARCO OPERATIVO		47
4.1	La recopilación y tratamiento de la información	47
4.2	Presentación y análisis de resultados	47
Interpretación y análisis de los datos obtenidos en la encuesta para docentes		49
Interpretación y análisis de los datos obtenidos en la encuesta para alumnos		65
CONCLUSIONES		81
RECOMENDACIONES		83
GLOSARIO DE TERMINOS		85
BIBLIOGRAFIA		86
ANEXOS		89
	Guía de encuestas para docentes	90
	Guía de encuestas para alumnos	92

INTRODUCCION

La escuela es una institución social que tiene como objetivo fundamental mejorar las condiciones de vida de los educandos y crear en su entorno un medio favorable para el pleno desarrollo físico, mental, emocional, social y, con ello, lograr un mejor rendimiento educativo para que sea útil en su hogar, su comunidad y su patria.

La salud, es el estado de completo bienestar de la persona, al encontrarse libre de enfermedades o afecciones. Es necesario, que tanto docentes como educandos, conozcan y practiquen técnicas apropiadas tendientes a mejorar la higiene cultivando, en todo momento, las normas apropiadas que les permitan, tanto al educando como al docente, contar con un cuerpo y una mente sanas.

Los problemas capitales de nuestros pueblos son parte del orden económico, así también de salud y educación, por lo que el estado tiene la obligación de velar por el bienestar de los pueblos en todos los órdenes de la vida y promover su desarrollo en forma integral.

En el orden de salud, existen algunos programas pero la mayoría de la población carece de esa protección. No hay programas adecuados que velen por la salud de los educandos en las escuelas. Se descuida este aspecto que es premisa fundamental para un buen rendimiento escolar.

Los docentes, en servicio son los que están en constante acercamiento con los niños y las niñas, son ellos las personas más capacitadas dentro del ambiente escolar para formarles hábitos higiénicos que les permitan gozar de una completa salud.

Por lo tanto, la salud del estudiante del nivel de educación primaria no debe descuidarse. Se les debe dar los lineamientos necesarios desde temprana edad a fin de alcanzar y conservar una buena salud.

La población comprendida entre los 5 y 14 años de edad, representa

un 26% de la población total de la república. Este grupo poblacional presenta problemas de salud que en su mayoría son prevenibles con acciones sencillas y de fácil implementación, tal es el caso de enfermedades diarreicas, respiratorias, de la piel, visuales, etc. que requieren fundamentalmente de un conocimiento claro y sencillo que provoque un cambio de actitudes en las prácticas en salud por parte de la población.

Lo anterior motivó esta investigación denominada **La higiene escolar en los establecimientos educativos del nivel primario del municipio de San Sebastián, departamento de Retalhuleu**, con el propósito de evaluar las acciones de higiene escolar que se manifiestan en las escuelas. Se utilizó encuestas a docentes y alumnos, entrevistas a autoridades educativas y de salud pública del mencionado municipio.

CAPITULO 1

MARCO CONCEPTUAL

1.1 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA

Los problemas económicos y sociales de nuestros pueblos, reflejan aún la herencia colonial de los siglos XVII y XVIII en que gruesos sectores de la población, particularmente los indígenas fueron víctimas de explotación y de las enfermedades endémicas y epidémicas en el transcurso de su historia.

Guatemala, en los últimos siglos (XIX - XX), ha sido sacudida por los fenómenos epidémicos de 1,858, 1,917 y 1,993. Es el caso del Cólera Morbus que constituye un problema latente en nuestra sociedad.

En el año de 1,993, San Sebastián fue uno de los municipios de Retalhuleu, donde se dio el mayor brote de Cólera Morbus debido a la mala práctica higiénica de sus habitantes.

La basura y otros desperdicios son tirados a los riachuelos que atraviesan la comunidad, originando con ello, focos de infección. Estos fenómenos de deterioro dan como consecuencia resultados desastrosos en la salud infantil y en la población en general.

Los habitantes del municipio de San Sebastián, se dedican en su mayoría a la comercialización de diversos productos con diferentes mercados, aledaños de la región. Por ello los padres de familia le dedican muy poco tiempo a sus hijos. Dejan que la escuela sea la que le brinde los buenos principios en educación sanitaria. Los padres, no pueden formar buenos hábitos en salud, debido a varios factores entre ellos: el tiempo, la ignorancia y práctica inadecuada de higiene; derivado de esto, los niños contraen diversas enfermedades que pueden ser fácilmente prevenibles para evitar grandes consecuencias.

En los últimos años el puesto de salud del municipio de San Sebastián, Retalhuleu, ha detectado que la mayor parte de enfermedades han sido y

siguen siendo: gastrointestinales, de la piel, desnutrición, bronconeumonía y dentales.

Estos problemas no tienen un origen solamente económico, sino son, evidentemente, falta de educación sanitaria que incide en la reproducción de las enfermedades pluricarenciales y adultas en el municipio investigado.

1.2 IMPORTANCIA DEL PROBLEMA

Esta investigación es necesaria basado en las siguientes consideraciones.

El Municipio de San Sebastián, Retalhuleu:

- Cuenta con una población mayoritaria de indígenas.
- Carece de infraestructura sanitaria.
- Tiene un alto índice de analfabetismo.
- Cuenta con bajo estado socio-económico.
- Tiene atraso en educación sanitaria, hábitos higiénicos desordenados, que dan como consecuencia la proliferación de una serie de hábitos no deseables, recayendo en la población infantil la mayor parte.
- Los niños se hallan más expuestos que el adulto al peligro de las enfermedades infecciosas y carece de discernimiento para defenderse de las causas que amenazan su salud. De ahí la necesidad de suplir su inexperiencia, cuidándolo con esmero y protegiéndolo de modo inteligente.

Esta investigación tratará de coadyuvar al mejoramiento de la educación higiénica de este municipio de la costa sur del país.

1.3 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Dada la estrecha relación que existe entre salud y educación, se plantea el siguiente problema: ¿Qué acciones desarrolla la escuela para mejorar la higiene escolar en los niños de los establecimientos del nivel de educación primaria, sector oficial del municipio de San Sebastián, Retalhuleu?

1.4 ALCANCES Y LIMITES DEL PROBLEMA

1.41 Alcances

La investigación pretende comprobar el conocimiento de normas de higiene del personal docente y estudiantes de las escuelas del nivel de educación primaria del área urbana y rural, Sector Oficial del Municipio de San Sebastián, del Departamento de Retalhuleu.

El logro de la investigación no pretende extenderse a otras comunidades, debe considerarse como referencia bibliográfica y testimonial de los problemas ocurrientes en el municipio.

La investigación se realizó en los siguientes planteles educativos:

- Escuela Oficial Rural Mixta, Sector El Zapote, Aldea San Luis.
- Escuela Oficial Urbana de Varones Jornada Matutina.
- Escuela Oficial Urbana de Niñas Jornada Matutina.
- Escuela Oficial Rural Mixta Cantón Recuerdo Ocosito.
- Escuela Oficial Rural Mixta Aldea San Luis, Jornada Matutina.
- Escuela Oficial Rural Mixta Cantón Samalá.
- Escuela Oficial Rural Mixta Cantón Xulá.

El nivel socio-económico de la comunidad es de pobreza extrema, la cantidad de sujetos a investigar es de 600 alumnos de los sexos masculino y femenino, cuyas edades oscilan entre 7 y 14 años, y 55 docentes.

1.4.2 Límites

No se tratarán aspectos relacionados con problemas cardiovasculares, obesidad, SIDA, cáncer, enfermedades tropicales, etc. porque no son las causas y factores que inciden directamente en los escolares.

CAPITULO 2

MARCO TEORICO

2.1 Higiene escolar

“La higiene (del griego Higiés, que significa sano, saludable) estudia la conservación de la vida y la salud. El fin o designio es crear las mejores condiciones posibles de vida y eliminar las influencias que pueden actuar de una manera desfavorable en el bienestar del hombre. La parte de la higiene que estudia la salud del educando recibe el nombre de higiene escolar”.⁽¹⁾

2.2 Valor e importancia de la higiene escolar

La higiene escolar, que estudia la salud del niño desde el punto de vista de la educación, constituye la base de todo empeño pedagógico. Este principio es tanto más importante, cuanto que el niño se halla más expuesto que el adulto al peligro de las enfermedades infecciosas y carece de discernimiento para defenderse de las que amenazan su salud. De ahí la necesidad de suplir su inexperiencia, cuidándolo con esmero y protegiéndolo de modo inteligente.

Por otra parte, el porvenir de toda nación depende, en primer término, del bienestar de su juventud. La escuela pues, no debe limitarse a proteger al niño, sino que, utilizando todos los recursos de que puede disponer, debe mejorar las condiciones de vida de los niños y crear, en torno a ellos, un medio favorable para su pleno desarrollo físico y mental.

2.3 Higiene personal del educando

La piel segrega constantemente sustancias grasas y sudor. Este y aquéllas, mezclados con el polvo, los detritos debidos al desgaste de las ropas y otras muchas impurezas, forman una capa de suciedades que constituye un terreno propicio para la vida de los microbios patógenos. Tales suciedades

⁽¹⁾ A. M. Aguayo. Lecciones de Higiene Escolar, Segunda Edición. Habana Cultural S.A. 1,952, Pág. 3.

despiden mal olor cuando no las elimina un aseo escrupuloso, y pueden infectar las heridas y escoriaciones que accidentalmente se producen en la piel. También se aglomeran suciedades en la boca, en el cabello, entre los dedos de los pies y, en general, en todas las partes exteriores del cuerpo, sobre todo allí donde hay fricción de superficies cutáneas.

2.3.1 Cuidado del cuerpo

Los niños necesitan ser capaces de identificar las principales partes de su cuerpo y sus funciones a fin de comprender por qué tienen que cuidarlos debidamente. Generalmente, hasta que alguna parte del cuerpo deja de funcionar debidamente y empieza a producir dolor o molestia nos damos cuenta de ella. Es mucho más sensato tratar de cuidar las partes del cuerpo durante todo el tiempo y no esperar hasta que se necesite atención médica.

Esta sección no es una introducción detallada a la Biología humana sino que atiende, sobre todo, a los conocimientos básicos que necesitan los niños para comprender qué es una buena higiene personal.

La higiene personal de las partes sexuales del cuerpo es importante. El maestro tendrá que considerar las actitudes cuando haya de decidir la manera de abordar este tema.

¿Quién es el responsable? Es importante conseguir que los niños comprendan que ellos mismos deben asumir la responsabilidad de cuidar de su propio cuerpo. Se puede preguntar a los niños ¿quién creen que es el responsable de su cuerpo?. Cuando el maestro haya hecho una lista de las respuestas, las discutirá con los niños, destacando el papel fundamental que ellos tienen en el cuidado de su cuerpo.

Es necesario que el niño deba:

- Participar en las actividades de educación física organizadas en la escuela.
- Adquirir durante su vida escolar la competencia necesaria para participar en deportes y actividades apropiadas para la juventud, así como en otros que pueda continuar practicando durante su vida de adulto.
- Adoptar una postura correcta del cuerpo y ejercitarle con el fin de mantener el buen funcionamiento del mecanismo corporal.

- Utilizar el juego y el ejercicio como un medio de expresión de la personalidad que permite desarrollar la confianza en sí mismo y la adaptación a la vida social.

2.3.2 La piel

La piel cubre de manera continua el cuerpo y lo protege manteniendo fuera los gérmenes.

Los productos de deshecho del cuerpo salen con el sudor y quedan en la superficie de la piel cuando se evapora el sudor. Si estos desechos no se quitan mediante el lavado, por lo menos una vez al día, permitirán la multiplicación de bacterias que pueden causar infección. Los productos de desecho originarán también olores corporales desagradables.

"Si la piel sufre corte, sale sangre llevándose con ella suciedades y gérmenes. Al cabo de un breve tiempo, los vasos sanguíneos cortados se contraen, de modo que se pierde menos sangre, y entonces se forma un coágulo de sangre que cierra la herida, al cabo de pocos días habrán crecido nuevas células de la piel y a partir de los bordes de la herida y ésta habrá cicatrizado".⁽²⁾

Para mantener la piel saludable el niño debe:

- Lavarse las manos cuidadosamente con jabón u otro producto detergente antes de comer o tocar los alimentos, después de ir al retrete y después de los juegos u otras ocupaciones que lo hagan necesario.
- Tener una toalla para uso personal.
- Bañarse regularmente.
- Secar bien la piel después de bañarse para evitar que se produzcan grietas.
- Lavarse diariamente la cara, el cuello y orejas.
- Estimular la epidermis con duchas frías o abluciones frías del cuello y la cara.

⁽²⁾ Trefor Williams, Alysoun Moo y Margaret Williams. Alimentos, Medio Ambiente y Salud. Guía para maestros de enseñanza primaria. Organización Mundial de la Salud. Ginebra, 1,984.

2.3.3 Cuidado de las uñas

Las uñas son la cubierta protectora de los extremos de los dedos de las manos y de los pies. Cada una está formada por el cuerpo de la uña, o parte principal de la misma, el borde libre y la raíz de la uña. Crece desde el lecho ungueal, situada debajo, y está constantemente siendo impulsada hacia delante de modo que se proyecta más allá del borde del dedo.

Las uñas se deben limpiar con un cepillo y mantenerse cortas para que no puedan quedar debajo de ellas gérmenes, huevos de gusanos, etc.

Las uñas deben permanecer limpias y deberán cortarse por lo menos una vez a la semana.

Debe censurarse el hábito de morderse las uñas.

2.3.4 Higiene del cabello

Como la piel, los dientes y las uñas, también el cabello debe cuidarse y limpiarse con regularidad. El peinado y cepillado frecuentes y el lavado o la limpieza por algún otro método tradicional, son indispensables para mantener el aspecto saludable del cabello, para eliminar la piel muerta (caspa) del cuero cabelludo y para prevenir la infestación de piojos o pulgas.

Los piojos en la cabeza pueden ser eliminados con champú especial. Sin embargo, los huevos (liendras) están pegados al pelo y se requiere un cuidadoso peinado y una detenida inspección para eliminarlos.

“Los piojos al alimentarse a través de la piel, producen un intenso escozor que induce al rascado, lo que genera lesiones dérmicas y posibilidad de infección. Como medida preventiva se aconseja el lavado del cabello y usarlo corto o recogido”.⁽³⁾

Los medios por los que piojos y las pulgas pueden propagarse en una

⁽³⁾ Instituto Guatemalteco de Seguridad Social. Departamento de Medicina Preventiva, Sección de Seguridad e Higiene. Pág. 56. Año 1,989. Guatemala.

familia o comunidad, pueden ser: peines y cepillos sucios, utilización por varias personas de los mismos cepillos, peines, toallas y ropas, así como ropas de cama sucias y no aireadas.

Es imprescindible higienizar cuidadosamente ropa y objetos de uso personal, que hayan estado en contacto con la persona infestada, además tener siempre peine, cepillo de cabello personal manteniéndolos siempre en condiciones higiénicas.

2.3.5 Higiene del oído

El oído, es el sentido por medio del cual percibimos los sonidos. Para mantenerlo sano se debe atender a las siguientes normas de higiene:

- No introducirse cuerpos extraños en los oídos.
- No se debe golpear a nadie en los oídos, ni dar gritos en los oídos de los demás.
- Acudir al médico en caso de dolor de oído o sordera.

2.3.6 Higiene del aparato respiratorio

Al conjunto de órganos encargados de controlar la entrada y salida de aire a nuestro organismo se le conoce con el nombre de aparato respiratorio; para mantenerlo en condiciones higiénicas se debe:

- Utilizar todos los días un pañuelo limpio.
- Respirar por la nariz con la boca cerrada.
- Sonarse suavemente sin obstruir las ventanas de la nariz.
- Tener cuidado de no introducirse en la nariz los dedos ni otro objeto.
- Taparse la boca con el pañuelo al estornudar o toser.

2.3.7 Higiene de los pies

Los pies se deben:

- Lavar regularmente.
- Impedir el crecimiento defectuoso de las uñas de los pies, recortándoselas.

- Ejercitar, paseando descalzo en suelo o terreno limpios (excepto donde exista peligro de anquilostomas).

2.3.8 Higiene de las manos

Una de las regiones exteriores del cuerpo que exigen un aseo más escrupuloso son las manos. Deben de lavarse con agua y jabón varias veces al día, sobre todo antes de las comidas y después de ir al sanitario y deben ser secadas con una toalla limpia.

2.3.9 Higiene de la vista

La vista es uno de los sentidos más delicados; por lo tanto se debe:

- Leer sólo con buena luz, que no dé sombra ni deslumbre.
- Sujetar el libro en posición correcta a una distancia apropiada de los ojos.
- Abstenerse de mirar directamente al sol o a las luces demasiado brillantes.
- Descansar la vista con frecuencia, cerrando los ojos o mirando objetos distantes.
- No leer dentro de vehículos en movimiento o mientras esté reclinado.
- No frotarse los ojos.
- Acudir al oculista en caso de dificultades visuales.
- Llevar lentes regularmente si fuese necesario.
- La televisión en exceso no es recomendable para la vista.

2.3.10 Higiene del vestido

El vestido desempeña una doble función higiénica, pues protege la piel contra el polvo y de las variaciones de la temperatura. A estas ventajas se opone un grave inconveniente: las ropas al ponerse en contacto con la piel, se impregnan de sudor y grasas, se cubren de polvo y otras suciedades y así se convierten en depósitos de bacterias y por lo mismo son vehículo posible de enfermedades e infecciones. Por lo tanto el niño debe:

- Llevar vestidos apropiados de acuerdo con el clima.
- Utilizar ropa apropiada para dormir.
- Quitarse los vestidos húmedos lo antes posible.

- Evitar los trajes y calzado demasiado apretados.
- Mantener todas las prendas de vestir lo más limpias posibles.
- Ocuparse personalmente de airear las ropas.

2.3.11 Higiene dental

Los dientes son indispensables para morder, cortar y masticar alimentos. No deben utilizarse como instrumentos para masticar nueces, por ejemplo, porque podrán dañarse. El cuidado de los dientes y las encías es importante, por la difusión tan grande de alimentos azucarados y bebidas gaseosas que se ingieren y son perjudiciales. Desgraciadamente, este aspecto de la higiene personal, es a menudo descuidado. La pérdida de dientes por la negligencia hace más difícil la masticación, menos clara la palabra y menos atractiva la sonrisa.

Cada uno tiene responsabilidad de su propia higiene bucal, pero otras medidas tales como el examen periódico por agentes de salud dental, el empleo de pasta dentífrica fluorurada o la fluoruración del agua (10 gramos de flúor a 1 galón de agua). Hacer ver claramente a los niños que la higiene bucal comprende el cuidado tanto de los dientes como de las encías. Explicarles que se forman sobre los dientes una placa bacteriana; es una película pegajosa, casi invisible, formada principalmente por bacterias y saliva. Si no es eliminada, regularmente por limpieza de mala dentadura, las bacterias utilizarán cualquier azúcar que haya en la boca para producir ácidos. Estos ácidos atacarán entonces los dientes, causando caries. Pueden perderse los dientes a causa de la enfermedad de las encías, lo mismo que por las caries.

"El cepillado de dientes y encías debe hacerse de arriba hacia abajo en el maxilar inferior y también cepillarse por delante y por detrás de cada fila de dientes.

El niño debe conservar la higiene dental practicando:

- Lavarse los dientes regularmente y según los métodos recomendados.
- Ir al dentista periódicamente.
- Comer regularmente alimentos que lo obliguen a masticar bien.
- No apoyar la mejilla en las manos cuando estudie.

- No abusar de los dulces
- También hay que cepillarse la lengua y enjuagarse con bastante agua".⁽⁴⁾

2.3.11 Los baños o duchas

Toda escuela debiera tener un cuarto de baños con duchas.

Las duchas deben ser cortas. No debe recibirse la ducha sino después de enjabonarse bien el cuerpo a fin de disolver las grasas adheridas en la piel. El baño debe realizarse diariamente a fin de evitar el contagio de las enfermedades infecciosas.

2.2 LA NUTRICION DEL EDUCANDO

2.2.1 Concepto de nutrición

"Es la ciencia que se ocupa de los alimentos, los nutrientes y las otras sustancias que aquellos contienen, su acción de interacción y balance con relación a la salud y la enfermedad, así como los procesos por medio de los cuales el organismo ingiere, digiere, absorbe, transporta, utiliza y excreta las sustancias alimenticias, además la ciencia de la nutrición, debe ocuparse de algunos aspectos: sociales, económicos, culturales y psicológicos relacionados con los alimentos y la alimentación.

La nutrición pasa por tres etapas.

1. digestión
2. absorción
3. metabolismo"⁽⁵⁾

2.2.2 Alimentos necesarios

Los alimentos son muy importantes en el niño escolar puesto que

⁽⁴⁾ Instituto Guatemalteco de Seguridad Social, Ob. Cit. Pág. 54.

⁽⁵⁾ Icasa, J., Susana Behar, Moisés. "Nutrición 2da. Edición Interamericana, S.A. Cap. III Pág. 99-104 INCAP, Guatemala, 1,973.

ayudan a: vivir, mantener la salud, su propio desarrollo, obtener energía, reunir a la familia, etc.

La nutrición no depende sólo de la cantidad de alimentos consumidos, sino también de la naturaleza y variedad de los alimentos, el modo de prepararlos, el proceso de la digestión y el poder asimilativo del sujeto.

Una de las tareas más importantes de los alimentos es contribuir al crecimiento y reparación del cuerpo. El cuerpo está formado por millones de células. Una gran proporción de cada célula consta de sustancias llamadas proteínas. Las proteínas son llamadas a veces los "ladrillos de la construcción" del cuerpo y sin éstas el cuerpo no puede crecer ni repararse.

"Durante el período de crecimiento, la nutrición cuando es insuficiente o inadecuada, deja una huella permanente en el organismo, sobre todo si se trata de niños menores de siete años. La causa de este lamentable estado se debe principalmente a la miseria, la ignorancia o el descuido de los padres que ignoran con frecuencia los más elementales principios de la higiene y dan a sus hijos alimentos poco nutritivos o mal preparados o bien los atiborran con estimulantes como el café, el té y las bebidas alcohólicas".⁽⁶⁾

2.3.3 Prevención de la desnutrición

La desnutrición se define como el estado en que el aporte alimenticio es menor que el requerido para llenar las necesidades dentro del organismo.

El escaso aporte de alimentos, los hábitos dietéticos incorrectos y factores emocionales pueden a su vez causar mal nutrición. Y en la medida en que el organismo de un sujeto va desnutriéndose, este va empleando mecanismos adaptativos con tal de establecer un equilibrio dinámico entre las funciones corporales y el grado de déficit nutricional.

Los efectos de la desnutrición y factores acompañantes sobre el crecimiento físico de las personas, su desarrollo mental, capacidad de aprendizaje y rendimiento escolar obstaculizan el desenvolvimiento de los

⁽⁶⁾ A.M. Aguayo. Pág. 242. Ob. Cit. 6.

planes de desarrollo socio-económico del país.

Debido a la asociación de la desnutrición con el déficit académico del niño y considerando el elevado porcentaje de sobrevivientes desnutridos deduce que la implementación de programas educativos a nivel escolar tienen menor eficacia.

"El niño motivo de nuestra preocupación posee un cuerpo que poco responde a la estimulación escolar debido entre otros a enfermedades que le aquejan, hambre que padecen, desnutrición que conlleva como estigma al nacer y crecer, ambiente familiar poco propicio, hábitos higiénicos inadecuados, etc., que individualmente o en conjunto afectan su desarrollo físico y mental".⁽⁷⁾

"La desnutrición es sin duda alguna, el principal problema de salud pública en América Latina y en general de cualquier país en vías de desarrollo. La causa básica del problema nutricional en estas regiones es fundamentalmente de índole socio-económica que emerge de un intrincado proceso en la sociedad".⁽⁸⁾

Entre los factores condicionantes de la desnutrición se encuentran los siguientes: pobreza, el subdesarrollo de un país, bajo ingreso económico, el sub-empleo, la ignorancia, las malas condiciones sanitarias, la escasa disponibilidad de alimentos, la inestabilidad familiar, la distribución y tenencia de la tierra (minifundio, latifundio), falta de acceso a los servicios de salud y educación y el elevado número de miembros que componen la familia.

Los alimentos deben contener cinco clases de sustancias, las cuales son: albuminoides o proteínas, hidrocarbonadas, grasas, algunas sustancias inorgánicas (agua, minerales como la sal, fósforo, etc) y vitaminas.

⁽⁷⁾ Centro Muntinacional de Investigaciones Educ. La Desnutrición y sus Efectos en el Desarrollo del Niño. Proyecto del Programa Regional de Desarrollo Educativo de la O.E.A. -Ministerio de Educ. Pública, San José Costa Rica, 1,977. Pág. 81.

⁽⁸⁾ Chúa, C. "Desnutrición, Causa y Consecuencias". San José Costa Rica. Págs. 13-64. 1,983.

Algunos alimentos recomendables pueden ser: la leche, el pescado, la carne, los huevos, verduras, cereales, tortillas, frijoles, frutas, arroz, pollo, nueces, etc.

El agua es tan indispensable en la alimentación, que su privación ocasiona la muerte en un período de sesenta y setenta y dos horas. El hombre adulto saludable necesita ingerir diariamente por término medio de 1 a 2 litros de agua.

Por lo tanto, el organismo, para mantenerse en buen estado de salud, necesita consumir todas las clases de sustancias mencionadas. La falta de eficiencia de una de ellas produce a la corta o a la larga un estado morboso y aún la muerte.

El alimento más completo para el niño es la leche. Esta debe ser base de su dieta. Todo niño debe consumir al día aproximadamente cerca de un litro de leche. Cuando no se puede obtener la leche fresca, puede usarse la condensada o la seca, siempre que se dé también jugo de naranja.

Los cereales son excelentes sobre todo si se toman con leche. Es recomendable insistir en la variedad de la dieta y sobre todo, en la regularidad de las comidas y el hábito de comer con razonable lentitud. La conservación agradable y el buen humor constituyen el mejor estimulante para el apetito. Una dieta que teóricamente es excelente puede ser estable en la práctica, por la actitud desfavorable que provoca en el sujeto. Los alimentos que producen disgusto por regla general son mal digeridos.

La sensación agradable o desagradable provocada por los alimentos tiene a veces una base psicológica. Cuando la aversión es tal que el niño no puede dominarla, la comida produce náuseas y vómitos, lo mejor es suprimir el alimento de que se trata. No obstante dichas preferencias son a veces fruto de malos hábitos y pueden combatirse con tacto y discreción.

"Las recomendaciones dietéticas diarias mínimas para un niño de edad escolar son las siguientes:

NUTRIENTES	NIÑAS Y NIÑOS 7 – 9 años	NIÑAS Y NIÑOS 10 – 12 años
Calorías	2250	2250
Calcio, Mg.	450	650
Vit. A, Mg. Retinol	400	575
Folato libre Mg.	100	100
Proteínas, g.	39	48
Acido Ascórbico, Mg.	20	20
Hierro, Mg.	10	10
Niacina, mg.	13.5	16.5
Vit. B12, ug	1.5	2.0
Riboflavina, mg	1.1	1.4
Tiamina, Mg.	0.8	1.0 ⁽⁹⁾

2.2.4 Higiene de los alimentos de la tienda escolar

Los niños en edad escolar necesitan una alimentación variada de acuerdo con los alimentos que produce la comunidad. Se procurará hacer las combinaciones recomendadas. Hay que recordar que el niño en edad escolar prefiere comprar dulces, chicles y otros, que además de desperdiciar dinero le ocasionan daños a sus dientes, y disminuye el consumo de alimentos que verdaderamente contribuyen a su crecimiento.

Es recomendable adecuar la cantidad de alimentos a sus necesidades de crecimiento y actividad física.

El maestro y la comunidad tiene la responsabilidad de procurar que las golosinas consumidas por los niños, llenen las condiciones higiénicas necesarias para evitar las enfermedades en el niño. Además debe evitarse que se consuman golosinas o alimentos de procedencia dudosa. Se debe fomentar en los manipuladores de alimentos hábitos de higiene que mejoren la preparación, conservación y distribución de los mismos. Por ejemplo, los

⁽⁹⁾ Publicaciones INCAP. E-709. Recomendaciones dietéticas diarias para Centro América y Panamá. Diciembre de 1,973.

alimentos se deben guardar en un lugar limpio y fresco cubriéndolos con un trapo o una tapadera, las manos deben lavarse con agua y jabón antes de preparar y distribuir alimentos.

2.2.4.1 Medidas de higiene en la preparación de alimentos

Se deben tener presentes las siguientes:

- Las manos deben lavarse con agua y jabón antes de preparar y consumir los alimentos, también después de ir a la letrina o sanitarios y al cambiar pañales (madres de familia)
- Se deben lavar los alimentos para eliminar la tierra, polvo, insecticidas, microbios e insectos que se encuentran adheridos a su superficie.
- Los alimentos de deben lavar bajo un chorro de agua.
- Los alimentos de cáscara delgada se frota suavemente con la yema de los dedos.
- Las verduras de hoja, se deben lavar hoja por hoja.
- Los utensilios y el área donde se preparan los alimentos siempre deben estar limpios.
- La basura debe depositarse en un recipiente especial.
- Los animales no deben estar en contacto con los alimentos.
- Los alimentos deben estar protegidos de cucarachas, moscas, hormigas y otros animales o insectos.

2.2.5 Higiene de la refacción escolar

“Muchos niños van a la escuela mal alimentados y aún sin recibir desde la tarde del día anterior ninguna clase de alimentos. La mejor manera de evitar en mínima parte la desnutrición del escolar es establecer la refacción escolar, donde se proporcione gratuitamente a los escolares mal nutridos de las clases pobres una parte de alimentos que les son indispensables para superar sus deficiencias nutricionales”.⁽¹⁰⁾

La refacción escolar debe ser preparada convenientemente, no solo para que sea apetitosa y digerible, sino para destruir las bacterias patógenas y

⁽¹⁰⁾ A. M. Aguayo. Págs. 255-2256. Ob. Cit.

los parásitos que puede contener. Sin embargo la preparación tiene algunos inconvenientes: Pérdida de algunas sales minerales y otros elementos nutritivos, eliminación de las vitaminas, etc.

La elección de utensilios de cocina requieren algunas precauciones. Las de cobre o bronce deben evitarse, y si se usan han de limpiarse escrupulosamente. Las de níquel y de aluminio no ofrecen ningún inconveniente; no así las de estaño que son siempre peligrosas, las de barro son excelentes, lo mismo que las de hierro esmaltado, siempre que el esmalte no contenga plomo.

Los niños en edad escolar, entre los 5 y los 12 años, deben considerarse en una etapa de la vida durante la cual están expuestos a ciertos riesgos y tienen que pasar por fases de desarrollo que requieren atención específica.

"El niño en edad escolar debe poseer peso y talla acordes a su edad. A continuación se presenta la siguiente tabla:

AÑOS	LIBRAS	TALLA
5	38	105.0
6	45	115.0
7	52	123.5
8	58	129.5
9	65	136.5
10	71	141.8
11	78	146.5
12	84	150.2" (11)

(11) Evaluación Nutricional de la Población de C.A. y Panamá. Oficina de Investigaciones Internacional. Ministerio de Salud de los seis países miembros. Guatemala, INCAP. 1,964.

2.3 HIGIENE DEL EJERCICIO FISICO DEL NIÑO

2.3.1 Valor y fines del ejercicio físico

La educación física tiene dos fines principales: promover la salud y desarrollo normal del cuerpo humano y adiestrar y someter a disciplina el sistema neuro-muscular, haciendo del cuerpo un servidor eficaz y obediente de la voluntad.

Esta parte de la educación del hombre está íntimamente ligada a la disciplina del espíritu. La vida no puede separarse en tres departamentos: uno físico, otro intelectual y otro moral; y aunque la educación del cuerpo se refiera principalmente a las actividades neuro-musculares, no podemos ejercitarlas sin ayuda del espíritu.

Son también fines o valores de la educación del cuerpo la formación de algunas cualidades y virtudes que son altamente favorables al individuo y al grupo social, tales como: iniciativa personal, el valor, la fortaleza, el patriotismo, el poder adoptar resoluciones rápidas, cooperación, el honor, la abnegación, la lealtad y la conciencia de la responsabilidad.

Desde el punto de vista higiénico, el ejercicio del cuerpo estimula el crecimiento físico, aumenta la actividad del aparato respiratorio, facilita el proceso de la digestión, activa las secreciones, sobre todo las del intestino, fortalece el corazón, desenvuelve la musculatura y contribuye al desarrollo del cerebro y de la inteligencia.

La educación física moderna se vale de ejercicios muy variados que se sirven del interés del educando como motivo determinante de la actividad corporal. Tales son los juegos, las danzas, los ejercicios globales y rítmicos del cuerpo y los deportes. También se utiliza el trabajo manual, los paseos y excursiones, las actividades de los boy-scout, etc.

"Artículo 59. Definición. Se define la educación física como una parte fundamental de la educación del ser humano que tiende a formarle integralmente, en mente, cuerpo y espíritu de actividades físicas racionalmente planificadas.

Artículo 60. Finalidades. Son finalidades de educación física:

- a) Preservar y mejorar la salud.
- b) Adquirir y mantener la aptitud física y deportiva".⁽¹²⁾

2.3.1.1 Los deportes y juegos

"Practicar deportes y juegos permite al niño:

- Desarrollar los músculos, mejorar la circulación y el funcionamiento total del organismo y dar la elasticidad y ritmo al movimiento.
- Mejorar el aspecto físico y la postura.
- Interactuar y cooperar con otros miembros del equipo.
- Aprender a aceptar el papel y las opiniones de cada uno de los miembros del equipo.
- Aprender a competir, adoptar las reglas del juego, saber ganar y perder".⁽¹³⁾

2.3.1.2 El descanso

A veces es insuficiente cambiar de actividad para descansar, otras veces es bueno relajarse, aflojando el cuerpo y respirando tranquilamente, con inspiraciones profundas y aspiraciones largas. Todo el organismo se recupera en los momentos de descanso. Este debe ser proporcional a la duración y tipo de tareas realizadas. Se descansa:

- a) Escuchando música.
- b) Leyendo
- c) Practicando distintos entretenimientos: modelar, pintar, hacer música, danza, títeres, colecciones, etc.
- d) Viendo teatro, cine, televisión. En cuanto a la televisión se deben tener en cuenta ciertas consideraciones para evitar el efecto pernicioso del centelleo de la pantalla; no mirar en un lugar a oscuras, colocarse a una distancia

⁽¹²⁾ Legislación Educativa. Ministerio de Educación de Guatemala. Págs. 37 – 38. 1,993.

⁽¹³⁾ Instituto Guatemalteco de Seguridad Social. Ob. Cit. 64.

mínima de 2 metros, no ver más de 2 horas por día. Los niños deben ver los programas más aconsejados por sus padres y maestros.

Evitar programas violentos y programas que nos trasculturizan.

Existen estados especiales (enfermedad, cansancio, debilidad), en los cuales se debe reducir las actividades y descansar más.

2.4 EL SUMINISTRO DE AGUA

2.4.1 El agua

"El agua es uno de los elementos más valiosos de que disponemos y una de las principales necesidades fisiológicas para la vida. Sin embargo, con demasiada frecuencia puede ser fuente de enfermedad y muerte".⁽¹⁴⁾

2.4.1.1 El agua potable

El agua es indispensable para todos los seres vivos, porque sin ella sería imposible vivir, carece de olor, color y sabor.

Para que el agua sea potable debe estar clara, libre de contaminantes físicos, químicos, bacterias o parásitos. El agua potable es sumamente importante para una comunidad escolar porque es algo valioso. El agua potable puede beberse y utilizarse para cocinar los alimentos, pero el agua que sólo es entubada, debe hervirse, filtrarse o aplicarse cloro.

2.4.1.2 El agua de pozo

En muchas partes del mundo, incluyendo Guatemala, el agua se obtiene de pozos. Cuando hay agua de buena calidad cerca de la superficie en cantidades suficientemente grandes, puede excavar de 1 metro o más diámetro y tienen entre 5 y 10 metros de profundidad (a veces más). Es de suma importancia que esos pozos se mantengan lo más limpios posible; deben

⁽¹⁴⁾ Alimentos, Medio Ambiente y Salud. Guía para maestros de Enseñanza Primaria. Organización Mundial de la Salud. Ginebra 1,984. Pág. 43.

estar cubiertos cuando no se usen y no deberá permitirse que las personas ni los animales puedan entrar en ellos.

Cuando los pozos han de hacerse mucho más profundos, ya sea para alcanzar agua pura o porque la capa fríatica esté mucho más baja, se hace mediante perforación. El agua ha de ser elevada hasta la superficie mediante bombas y tuberías.

Para mantener inocua el agua de pozo se debe hacer lo siguiente:

- Colocar una cubierta sobre el pozo a fin de evitar que el polvo, los insectos y otros animales lo contaminen cuando no esté en uso.
- Construir una pared elevada alrededor del pozo para mantener alejados los animales.
- Mantener un bloque elevado sobre el que colocar los recipientes de agua para evitar contaminarlos.
- Mantener limpios los recipientes del agua.
- Construir una zanja de desagüe alrededor del pozo para mantener el suelo alrededor seco, los charcos favorecen la cría de mosquitos.

Es especialmente importante que no se construyan letrinas a menos de 20 metros del pozo; las bacterias de las heces humanas podrían llegar a la capa fríatica y contaminar el agua del pozo.

2.4.1.3 Agua de lluvia

El agua de lluvia puede recogerse al descender de tejados hechos de tejas, planchas de hierro galvanizado o aluminio. El polvo de las hojas muertas y las deyecciones de los pájaros pueden acumularse en los tejados durante los períodos secos y serán arrastrados por las primeras lluvias.

Para evitar que una tubería de desagüe se obstruya, su abertura deberá cubrirse con tela metálica y los canalones deberán limpiarse periódicamente.

El agua puede recogerse en un tanque de almacenamiento hecho de acero galvanizado, ladrillo o piedra (bien impermeabilizado), o de hormigón

armado. El tanque debe tener dos grifos, uno en el fondo para la salida de sedimentos y agua sucia y otro a unos 50 centímetros más arriba para el agua limpia.

2.4.1.4 Agua de río

El agua no debe ser bebida directamente de los ríos. Las comunidades que tienen que depender de un río para su abastecimiento de agua generalmente la filtran antes de distribuirla a la población. Cuando no se disponga de agua de un grifo o de un pozo, el agua de río puede ser utilizada para beber, pero sólo después de haber sido hervida o clorada.

El agua debe ser tomada del río corriente arriba del lugar en que los aldeanos lavan sus ropas o se bañan y donde el ganado va a beber.

2.5 HIGIENE DE LOS SERVICIOS SANITARIOS

2.5.1 Las letrinas

El único lugar verdaderamente seguro para defecar es una letrina debidamente construida y protegida. Cada familia debiera tener una.

Si los niños defecan al aire libre en diferentes lugares, será imposible persuadirlos de que se laven las manos cada vez.

Puede resultar útil construir un modelo de letrina usando plasticina, cartón y trozos de madera. Si se hace lo bastante grande, será un medio valioso de enseñanza.

La letrina tendrá su tapadera para evitar que salgan los olores fétidos y que entren moscas y otros animales, la letrina debe conservarse limpia a sus alrededores. Hay que tener presente las siguientes normas de higiene:

- a) Una letrina debe construirse siempre a 20 metros por lo menos de cualquier vivienda, río, pozo o manantial.
- b) La letrina tiene que estar bien ventilada.
- c) La tapa de la letrina debe lavarse con regularidad y mantenerse limpia e

higiénica.

- d) Todos los días se agregará un desinfectante: cal viva, sulfato de cobre, aceite quemado u otro.
- e) Cuando el pozo de la letrina esté lleno en sus dos terceras partes, debe ser rellenado y debe excavarse un nuevo pozo. El antiguo puede ser utilizado de nuevo al cabo de dos o tres años; después de ese tiempo, los desechos pueden ser utilizados como abono o acondicionamiento de la tierra.
- f) Debe haber instalación para lavarse las manos con agua y jabón después de utilizar la letrina.
- g) Los niños deben aprender a utilizar la letrina correctamente: orinar y defecar directamente en la letrina, de modo que el asiento, la tapa y las inmediaciones no se contaminen, echar en la letrina el papel o material de limpieza que hayan utilizado, de modo que no quede fuera de la misma, lavarse bien las manos con agua y jabón inmediatamente después de utilizar la letrina.

Es importante alentar a los niños para que asuman la responsabilidad de sus propias decisiones en lo que se refiere a una defecación higiénica y sin riesgo para la salud.

2.5.2 Los inodoros

Los inodoros deberán instalarse en un pabellón independiente, de hallarse en el edificio general de la escuela deben estar aislados de los salones de clases, pueden instalarse en el fondo del patio o del jardín posterior. Estos son de gran importancia en la vida diaria del niño, puesto que contribuyen a satisfacer las necesidades fisiológicas de los escolares.

Las puertas no deben en ningún caso tener cerrojos y es conveniente que no cubran la totalidad del espacio, entre el suelo y el borde inferior de cada una, pueden quedar libres unos 15 cm. La limpieza de esta dependencia sanitaria debe hacerse con mayor cuidado y regularidad, ya que son inodoros de porcelana que son muy frágiles. Se procurará que la orientación sea tal que el viento no lleve olores desagradables a las aulas.

Es conveniente que en la escuela exista un inodoro por cada 30 estudiantes. Es preciso señalar que pueden ser aseados esmeradamente. No

deben salpicar el agua o suciedades y el agua de descarga será suficiente para arrastrar todas las excretas. Reúnen estas condiciones muchos sistemas de inodoros de moderna construcción. La descarga del agua se efectuará por el movimiento de una palanca al alcance de la mano. Cada inodoro ocupará un comportamiento de 1.10 m de largo y 0.70 m de ancho aproximadamente. Es muy recomendable que estas puertas no queden cerradas durante las horas de clases. Los papeles deben depositarse en un recipiente con tapadera y al llenarse deben ser enterrados o incinerados.

2.5.3 Los retretes urinarios

En las escuelas que reciben agua procedente de un acueducto o de un tanque de agua con presión, no ofrece menor dificultad la instalación de los retretes, sin embargo la ventilación de los retretes deben ser independiente de las aulas, a fin de que no lleguen a éstas últimas los olores procedentes de aquellos. La iluminación de dicho anexo deberá ser óptima. Los mejores orinales son los de loza esmaltada, que forman canales verticales de más de 20 cm. de radio por 1.20 m. de altura. Las aguas saldrán por una abertura situada en la parte inferior de cada orinal. Es recomendable que exista un retrete urinario para cada 15 alumnos.

2.5.4 Los lavamanos

Este tipo de servicio, es indispensable en toda escuela: si se trata de un centro mixto habrá necesidad de construir los servicios convenientemente separados y en cantidad adecuada al número de alumnos.

Los lavamanos, pueden ser de porcelana esmaltada. Debe procurarse que en el local haya jabón y toallas limpias. Aunque resulta bastante caro, pueden instalarse surtidores controladores de jabón líquido o en polvo. En los lavamanos debe instalarse la fuente de agua potable y tendrá que permanecer en condiciones higiénicas.

2.6 PRINCIPALES CONSECUENCIAS DE UNA INADECUADA HIGIENE

2.6.1 Caries dentales

Las caries dentales producen numerosos trastornos de carácter orgánico tales como indigestión, anemia, trastornos nerviosos, debilidad general, retraso físico y mental, etc. Por otra parte, las caries hacen que disminuya la resistencia a las enfermedades infecciosas y a veces determinan complicaciones del corazón y de oído.

Estos trastornos son ocasionados por la masticación insuficiente, los efectos tóxicos del pus producido por las caries y llevado al estómago y al intestino, y los reflejos debidos al dolor de dientes. Es mínimo el porcentaje de niños que tienen su dentadura sana. "Se puede decir sin exageración que el 80% de los escolares de todos los países tienen uno o más dientes defectuosos".⁽¹⁵⁾

Para evitar los trastornos producidos por las caries dentales, deben observarse las medidas preventivas recomendadas: limpieza de la boca, alimentación adecuada, examen periódico de los dientes en mal estado, etc. El maestro debe enseñar a sus alumnos la manera de asear la boca y el uso del cepillo de dientes e indicarles que no sólo lo hagan en la escuela sino también en su casa.

2.6.2 Dolores de cabeza

En realidad los dolores de cabeza se deben a un gran número de causas, de éstas las principales son: anemia, los constipados, las caries dentales, la inestabilidad nerviosa, el catarro nasal, el trabajo excesivo de los ojos y otras. La jaqueca es un intenso dolor de cabeza y la postración que suele acompañarse no pocas veces va unida a vómitos y náuseas.

Cuando ésta se presenta, es necesario examinar cuidadosamente al niño y someterlo a un estricto plan higiénico que consiste en una buena alimentación, ejercicio al aire libre, sueño reparador, baños, etc. y un tratamiento

⁽¹⁵⁾ A. M. Aguayo. Ob. Cit. Pág. 351.

apropiado de caries dentales, catarro nasal y otras afecciones si se descubren en el sujeto.

2.6.3 Los hongos

En la piel pueden aparecer los hongos por falta de higiene. Los hongos son vegetales que viven de otro ser vivo ataca al hombre y algunos animales y afectan la piel produciendo tiña y el pie de atleta. También puede atacar el cuero cabelludo y quienes más lo padecen son los niños a quienes no les gusta asearse. Aparece en forma de manchas o costras que al quitarlas sangran o segregan una substancia amarillenta que corrientemente se llama pus.

2.6.4 Los granos

Son afecciones pequeñas de la piel, cuyo lugar apropiado para reproducirse es la piel de las personas sucias que huyen del aseo. Son ronchas que se les forma costra y, sin duda alguna, debe contener microbios que dan origen a enfermedades.

2.6.5 Paludismo

El paludismo, se llama también malaria, es transmitida por la hembra de un mosquito llamado anófeles; este mosquito pica a alguna persona enferma y luego el microbio lo inyecta a una persona sana, de esa manera se propaga dicha enfermedad. Esos mosquitos abundan en lugares húmedos y pantanosos que se constituyen en criaderos, por ello es necesario evitarlos. Esta enfermedad se manifiesta con temperaturas fuertes, intensos escalofríos, sumbido de oídos, falta de apetito, sudores profundos, etc.

La escuela, por su parte, debe contribuir a esta campaña contra el paludismo dando a conocer el origen de la enfermedad, los lugares donde prosperan los mosquitos y los medios de protegemos eficazmente contra ellos.

2.6.6 El tifus

Es otra enfermedad transmitida por el piojo, este insecto se cría en lugares sucios y parasita a las personas que no practican una higiene

adecuada. Cuando no se combate a tiempo, esta enfermedad es mortal. Al aparecer una persona infectada por tifus, es necesario aislarla completamente para evitar el contagio.

2.6.7 La gripe

La gripe es una enfermedad altamente contagiosa que se presenta a veces en forma de epidemia y hasta pandemia. El virus que la produce es desconocido. Se supone que sale del cuerpo en las secreciones de la boca y la nariz y que por los mismos canales se transmite al individuo sano.

Son características de la gripe: la fiebre, el quebrantamiento del cuerpo y un ligero catarro naso faríngeo, dolores de cabeza, cansancio, etc. Sus complicaciones son: bronquitis, bronconeumonía o pulmonía y a veces hasta la muerte.

En caso de epidemia, deben ser aislados los niños que presentan catarro de las vías respiratorias acompañado con fiebre.

La gripe es una infección tan contagiosa, que hasta la fecha ha escapado toda medida profiláctica.

2.6.8 Fiebre tifoidea

El contagio se realiza comúnmente por el agua potable. También puede transmitirse esta grave afección mediante las hortalizas o verduras, las ostras, la leche cruda, etc.

Los insectos y sobre todo las moscas son frecuentemente vehículos de infección. La invasión tiene por síntoma vértigos, cefalalgia, vómitos, sensaciones de fatiga. Fenómenos característicos de esta enfermedad: aliento de olor desagradable, anorexia, pulso disminuido en relación con la temperatura, fiebre, diarreas, lengua saburrosa, etc. Las complicaciones pueden ser muy graves: perforaciones intestinales, bronco-neumonía, miocarditis, meningitis y otras. Como medida preventiva debe aislarse al enfermo, se debe purificar el agua potable, que se consume en las escuelas, se tiene que hervir la leche y cocerse bien las frutas, etc.

2.6.9 Parasitismo intestinal (parásitos)

Parásitos son animales que viven en el interior o en superficie de otro (el huésped) y que se alimenta o vive a expensas de él. Los parásitos que viven dentro del cuerpo humano consumen valioso alimento que debiera nutrir al individuo.

La persona que ha adquirido parásitos puede:

- Desnutrirse.
- Presentar problemas de obstrucción intestinal.
- Morirse cuando los parásitos invaden otros órganos importantes como los pulmones y el cerebro o bien cuando se desnutre o deshidrata como consecuencia de diarrea.

Siempre que sea posible, todas las infestaciones por gusanos deben ser tratadas. Incluso cuando sólo un miembro de la familia tiene parásitos, toda la familia debe ser tratada. Entre los gusanos que tenemos en el interior del organismo están: lombriz, tenia, anquilostomas, ascárides, trichuris, etc. Todos los gusanos pasan de una persona a otra por el contacto con heces contaminadas. Este contacto puede producirse al ingerir alimentos infectados o mediante el contacto con la piel, por ejemplo: al comer carne insuficientemente cocida de un animal que ha comido heces contaminadas o al andar descalzo sobre la tierra que está contaminada con heces.

“Las tenias pueden causar dolor de estómago y cansancio y, lo mismo que otros gusanos parásitos, se alimentan de lo que encuentran dentro del tubo digestivo, hecho que constituye a la mal nutrición. La infestación por tenias es causada al comer carne insuficientemente cocida procedente de animales infestados. Los animales que están en tierra contaminada ingieren huevos de tenia al pastar. Los huevos pasan entonces a la carne de los animales y forman quistes, es decir, larvas de gusanos contenidos en sacos protectores. Estos quistes sólo pueden matarse mediante la cocción prolongada de la carne a elevadas temperaturas”.⁽¹⁶⁾

⁽¹⁶⁾ Alimentos, Medio Ambiente y Salud. Pág. 72, Ob. Cit.

El principal peligro de la tenia es que algunos de esos quistes se forman dentro del cerebro, y esto puede suceder si los huevos de tenia son llevados de las heces a la boca.

Las personas no deben defecar donde pastan animales. Es importante señalar que los esquistosomas se eliminan también por la orina.

Es antihigiénico orinar cerca donde viven y se mueven personas y animales, no se debe orinar en el agua o cerca de la misma.

Entre las principales maneras de evitar la infestación por parásitos podemos mencionar:

- Utilizar siempre sanitarios lejos de donde pasten animales.
- Lavarse siempre las manos muy bien con agua y jabón después de defecar y antes de preparar o ingerir alimentos.
- Cocer siempre bien las carnes.
- Mantener siempre limpios los suministros de alimentos y de agua.
- Se recomienda realizar un examen de heces fecales para diagnosticar la enfermedad causada por parásitos.
- Usar calzado (zapatos, caites, ginas, etc.)

2.6.10 El cólera

"El cólera es una infección intestinal aguda y muy grave que puede producir deshidratación y la muerte en pocas horas. El cólera se presenta en las personas después de haber comido alimentos o bebido agua contaminada. La enfermedad puede presentarse en un país como el brote de unos cuantos casos y poca mortandad; y puede volverse una epidemia de miles de casos. Puede también mantenerse controlada con apareamiento de casos de vez en cuando a lo que se le llama endémico.

Los síntomas principales son:

- a) Diarrea líquida abundante y a cada rato.
- b) Vómitos (arrojadera)

c) Pérdidas de agua y sales vitales para el cuerpo (deshidratación)".⁽¹⁷⁾

Toda persona puede ser atacada por la enfermedad, no importando la edad, el sexo ni el grupo étnico.

Entre las formas más frecuentes de contraer la enfermedad se encuentran: Comer alimentos que no han sido preparados higiénicamente, alimentarse con carne o mariscos crudos, comer frutas y verduras que no han sido lavadas con agua purificada. El agua puede ser purificada, a través de la cloración o ebullición.

A un paciente con cólera se le debe dar a beber líquidos (agua de arroz, atoles, etc.) y de preferencia sales de rehidratación oral.

Para prevenir la enfermedad se recomienda: hervir durante 15 minutos el agua o clorarla (1 galón de agua agregarle 3 ó 4 gotas de cloro líquido) el agua que se utiliza para beber, lavarse las manos con agua y jabón antes de comer, evitar el consumo de alimentos callejeros, utilizar la letrina o sanitario para defecar y orinar, eliminar las moscas, etc.

Con un tratamiento a tiempo y apropiado, el cólera no es mortal. La mayoría de los casos pueden tratarse con medidas bastante sencillas como la rehidratación oral. Los asientos y los vómitos de un enfermo son el primer peligro para que la epidemia continúe en otra persona, hay que enterrarlos.

Los buenos hábitos de higiene personal ayuda a detener la transmisión del cólera.

2.6.11 Disentería amibiana o amebiana

Se localiza en el intestino grueso. Se transmite por medio de los líquidos, frutas, manos sin lavar o cualquier otro objeto que esté contaminado por el enfermo. Esta ameba penetra en el organismo por la boca. La mosca también es uno de los principales medios de contagio, pues al pararse en los

⁽¹⁷⁾ Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, Organización Panamericana de la Salud, Unicef. Manual de Información y Medidas Prácticas. Pág. 6. 1,992.

excrementos de la persona que padece esta enfermedad, se lleva las amebas en las patas depositándola cuando se detiene en los alimentos.

El enfermo presenta fiebre, dolores abdominales, localizados alrededor del ombligo, dolores articulares, defecaciones numerosas.

Hay que tener mucho cuidado con los excrementos del enfermo, puesto que van acompañados de abundante cantidad de amebas. En caso de no haber inodoro o excusado, se procede a enterrar las heces fecales para evitar su transmisión. Al consumir agua potable, en caso de no haber filtros, siempre hay que hervirla. Otro cuidado especial es la ropa del enfermo, pues también puede ser medio de contagio.

2.6.12 La tuberculosis

Es también llamada Peste Blanca. Este bacilo se aloja preferentemente en los pulmones. Entre las causas que la producen tenemos: el alcoholismo, el tabaquismo, la mala alimentación, la fatiga y la mala higiene personal.

El contagio puede ser por medio de la saliva que lleva vacilos al toser y estomudar, ropas de casa o de uso personal, defecaciones de los enfermos, por medio de la leche, carne, manteca provenientes de animales contaminados, por contacto de insectos principalmente la mosca. Como síntomas de esta enfermedad se pueden citar: disminución de la capacidad respiratoria, producción de hemorragias en pulmones, enflaquecimiento, laringitis, sudores nocturnos.

2.6.13 Tétanos

Es producida por el bacilus Tetani, se localiza en las heridas de los atacados. Generalmente se encuentran en el suelo y en las heces fecales.

Es una enfermedad fácilmente evitable, puesto que puede evitarse eliminando cualquier cuerpo extraño en heridas, utilizando un buen antiséptico y aplicando un suero antitetánico preventivo. A las personas expuestas a la enfermedad, por la clase de trabajo, se les aplica a manera de prevención la antoxina tetánica.

2.6.14 Rabia o hidrofobia

Enfermedad infecciosa muy común en los animales domésticos y transmisible por la mordedura o por contacto de la baba o saliva del animal enfermo o sobre la herida, por insignificante que sea. La mordedura de un animal enfermo pueden transmitir la rabia al hombre.

Por lo tanto se debe evitar jugar con animales que presenten síntomas de rabia. Los animales más atacados son el perro, el gato, el caballo y la vaca. También por la leche de un animal enfermo.

2.6.15 Defectos de la columna vertebral

2.6.15.1 La escoliosis

Es la desviación y convexidad lateral de la columna vertebral.

2.6.15.2 La cifosis

Es un defecto de la columna vertebral, que consiste en la encorvatura defectuosa de la espina dorsal, de convexidad posterior.

En general la posición más correcta del cuerpo es la que produce un mínimo de fatiga muscular, tales son las vértebras, cadera, músculos, rodillas, pies, etc. Puesto que si nos sentamos de una manera incorrecta al escribir o leer puede afectar nuestra columna vertebral. Por lo tanto es necesario, que el maestro, insista para que sus alumnos adopten la mejor manera al sentarse para escribir o leer.

2.6.16 Defectos de la vista

2.6.16.1 La miopía

Es una enfermedad en que la persona necesita acercarse a los objetos para poderlos ver.

2.6.16.2 La hipermetropía

Es lo contrario a la miopía, por ejemplo: para poder leer tienen que separarse mucho del libro.

2.6.16.3 La presbicia

Es vista cansada y generalmente se padece después de 40 años de edad.

2.6.16.4 El estrabismo

Lo padecen las personas que tienen los ojos torcidos, pues miran torcidas las imágenes.

2.6.16.5 El daltonismo

Es una enfermedad que consiste en que las personas que la padecen, confunden el color rojo con el verde.

Todos esos defectos se pueden corregir con el uso de lentes apropiados recetados por un oftalmólogo. Se deben hacer exámenes de la vista periódicamente para detectar algún defecto y corregirlo a tiempo.

2.7 CONTROL MEDICO

La salud, es una condición básica y un derecho de todos, cuidar de ella es responsabilidad de cada uno y del Estado.

Algunos descubrimientos e investigaciones científicas aumentan las perspectivas de mejorar las condiciones de vida para la humanidad.

“Periódicamente se debe consultar al médico y odontólogo para controlar el crecimiento y desarrollo, para que orienten sobre cuáles son las prácticas más aconsejables para mantener la salud: vacunas, tipo y momento de su aplicación, ejercicios apropiados, alimentos, descanso, etc. Al primer malestar se debe consultarlo para que puedan diagnosticar a tiempo cualquier

enfermedad y tratarla de la manera más adecuada".⁽¹⁸⁾

2.7.1 Control de enfermedades infecciosas

"Esta debe ser una de las preocupaciones del maestro y con ayuda de los centros de salud, programa de higiene escolar, los establecimientos educativos debieran tener una forma de inmunizar a los niños que ingresan por primera vez a la escuela, contra las enfermedades prevalecientes para las que existen vacunas efectivas; y si el niño denuncia los primeros síntomas de infección debe dar aviso a las autoridades sanitarias de la localidad y pedir ayuda necesaria".⁽¹⁹⁾

Por lo que es recomendable, que al niño al ingresar por primera vez al establecimiento educativo se le pida su carnet de las vacunas administradas por el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social de la Dirección General de Servicios de Salud.

2.8 LA LIMPIEZA DEL AULA

El aula es la capital pedagógica de la escuela, es el centro en el cual se desenvuelven las actividades de todo establecimiento de instrucción. En ella permanece el niño casi todo el tiempo destinado al trabajo escolar, y es necesario que el aseo en los salones de clases se ajuste a los más estrictos preceptos higiénicos. La higiene del aula debe ser tan severa y escrupulosa como la observada en un buen hospital. La escuela y en particular el aula, deben ser objeto de una escrupulosa limpieza cotidiana. Del cuidado con que dicha limpieza se ejecute depende en gran parte la salud de los alumnos. Cuando éstos llegan a la escuela después de recorrer calles, plazas, carreteras y otras vías de comunicación, llevan en el vestido y el calzado toda especie de suciedades: partículas de tierra, granitos de polen, esporas de criptógamas, bacterias, excremento de animales, etc. Estas suciedades se depositan dentro del aula. El viento y las pisadas de los niños las remueven y hacen flotar en el

⁽¹⁸⁾ IGSS. Pág. 57. Ob. Cit.

⁽¹⁹⁾ Días Estrada, Lisete de los Angeles; López Córdova, Rosa Lucrecia. "Condiciones Sociales de Salud del niño en edad escolar". USAC. Esc. de Trabajo Social. Tesis de Graduación. Pág. 37. Guatemala, 1,991.

aire, llegando así a las vías respiratorias de los niños, donde producen a veces catarras y otras enfermedades, más o menos peligrosas. La presencia de gérmenes morbosos en el polvo que penetran en las fosas nasales pueden ocasionar la producción de una epidemia.

2.8.1 Limpieza del piso

Para evitar peligros, es necesario barrer el piso del aula, por lo menos una vez al día. Esta limpieza no debe hacerse por la mañana, antes del comienzo de las labores escolares, a fin de que tengan tiempo de depositarse nuevamente las partículas de polvo que puedan levantar el barrido del piso del aula. Las mejores horas para dicha limpieza son después de terminada la labor del docente.

El barrido en seco está condenado por la higiene, aun cuando se practique después de rociar el pavimento con agua sola o mezclada con un desinfectante. Al ejecutar este barrido, cuando el piso se halla seco o parcialmente humedecido la escoba no arrastra consigo todas las partículas de polvo, sino levanta parte de ellas y las hace flotar en el aire.

Un procedimiento de limpieza, mucho más recomendable es el barrido húmedo, sobre todo si el agua con que se ejecuta va unida a un buen desinfectante. El barrido se realiza con un paño, en substitución de la escoba.

Por bien hecho que esté el barrido diario de la escuela y del aula, no es suficiente para la limpieza de la misma, por lo menos una vez cada semana debe baldearse el pavimento del aula y luego con una escoba sacar el agua, posteriormente secar con un trapeador. Es conveniente que el agua del baldeo esté mezclada con un desinfectante.

2.8.2 Limpieza de paredes, mobiliario, pizarrones y ventanas

No debe hacerse por medio de un plumero o sacudidor, este instrumento se limita a levantar el polvo, el cual, durante un tiempo más o menos largo, permanece flotando en el aire. Más eficaz y desde luego más higiénico es pasar por la superficie de los muebles, puertas y ventanas un paño ligeramente humedecido con agua sola o mezclado con un desinfectante. Una

vez por semana se hará una limpieza del mobiliario más cuidadosa que la cotidiana.

Respecto al techo y paredes se limpiarán una vez por semana, llevándose a cabo por medio de un escobillón.

2.8.3 El rincón de aseo

En el aula debe haber un rincón de aseo, que servirá para guardar toda clase de materiales que se utilicen en el aseo de la misma, éste debe estar en condiciones higiénicas para que no guarde bichos y moscas que son portadores de enfermedades.

2.8.4 Los depósitos de basura

La basura no se debe tirar en la calle o en otro lugar cualquiera, porque esto atrae a ratas, moscas, cucarachas y otros animales que son causa de contaminación superficial que afectan al niño poniendo en peligro su salud. Se debe poner la basura en un bote con tapadera. Lo mejor es colocar dentro del bote una bolsa plástica para que sea más fácil sacar la basura. Por lo que se hace necesario que en el aula y corredores de la escuela se cuente con depósitos para basura.

Se debe acostumbrar al niño a depositar la basura en su lugar y no dejarla tirada por donde él quiera. "Orientarles para que inicien una campaña permanente de manejo de basura en la escuela y sus alrededores. Podrán realizarse actividades como:

- a) Aportar recipientes novedosos para depositar la basura (cajas forradas, botes disfrazados, bolsas con menasjes, etc.)
- b) Clasificar la basura en degradable y no degradable.
- c) Darle algún uso a la basura no degradable (reusar, reciclar).
- d) Realizar la limpieza del aula, corredores, patio, etc., en base a turno.

Recuerde que:

- La basura degradable puede ser. Cáscaras, grama, hojas de árboles, restos de comida, papel, cartón, etc.

- La basura no degradable puede ser: restos de plásticos, frascos, envases de vidrio, latas, duroport, etc.".(20)

2.9 LOS DESINFECTANTES

Llámase desinfectantes a todo agente de destruir bacterias en general y especialmente las que actúan como causas productoras de infecciones. Los desinfectantes son, por lo tanto germicidas.

Para que una sustancia pueda recibir el nombre de desinfectante es necesario que la experiencia de los médicos e higienistas y los experimentos de laboratorio hayan demostrado su poder para destruir, no sólo los microbios adultos, sino a si mismo sus esporas.

Es bueno distinguir los agentes desinfectantes de los antisépticos y los desodorantes. Antiséptico es todo agente capaz de impedir el crecimiento y multiplicación de las bacterias y por lo mismo la producción de toxinas. Los desodorantes se limitan a eliminar o destruir los olores desagradables. Los antisépticos no tienen necesariamente el poder de destruir los agentes patógenos, así por ejemplo, un germicida muy diluido en agua u otro líquido se convierte en antiséptico.

La luz solar, es un magnífico desinfectante y sin duda alguna el más barato de todos. Sin embargo, su poder de penetración es muy escaso, pues se define a muy poca distancia de la superficie de los cuerpos. Su empleo principal es la desinfección de las habitaciones y las ropas. Las aulas deben recibir la luz todos los días fuera de las horas de trabajo escolar.

De los desinfectantes que obran en estado líquido, los más recomendables son: el sulfato de cobre y el cloro.

(20) Ministerio de Educación. FNUAP-CIEP. Materiales de Apoyo Técnico para docentes de preprimaria y primaria. Guatemala. 1,995.

2.10 IMPORTANCIA DE LA ESCUELA EN LA ENSEÑANZA DE LA HIGIENE

“Después del hogar, la escuela es talvez el ambiente que mayor influencia tiene en el desarrollo de la personalidad del niño. El maestro debe desempeñar con gran frecuencia el papel de orientador en salud escolar, por lo que deberá de estar en condiciones de atender los problemas de orden físico o si no al menos tener la noción en cuanto a la conducta que se ha de seguir frente a los problemas de orden emocional, de conducta y aprendizaje tan frecuentes en el niño escolar”.⁽²¹⁾

Es el maestro, en su labor diaria de comunicación con sus alumnos, quien se encuentra en condiciones de generar en ellos el pensamiento y la acción preventiva de enfermedades, desde luego, después de una eficiente orientación al respecto. Se considera que entre los alumnos de las escuelas primaria, una de las causas del ausentismo y deserción durante el ciclo escolar son problemas de salud; relativos a enfermedades llamadas comunes, tales como: gastroenteritis, infecciones respiratorias, etc.

El cuidado y vigilancia de la higiene en las escuelas primarias es de vital importancia para mejorar la salud de los educandos.

2.10.1 Técnicas en la enseñanza-aprendizaje en la educación para la higiene

Las técnicas de la enseñanza-aprendizaje son muchas y pueden variar según la disciplina, las circunstancias y los objetos que se tengan a la vista.

“Es preciso aclarar que no se puede hablar en términos de técnicas viejas o nuevas, anticuadas o actuales. Todas son válidas, desde que pueden ser aplicadas de modo activo, propiciando el ejercicio de la reflexión y del espíritu crítico del alumno. La validez de la técnica estriba, pues en la manera,

⁽²¹⁾ Juárez Cárdenas, Rosa Amelia del Carmen. Diagnóstico de la Salud Escolar. USAC. Fac. de Ciencias Médicas, TESIS. Pág. 12-13. 1,985.

en el espíritu que la impregna cuando se utilizan".⁽²²⁾

En la enseñanza-aprendizaje de los aspectos de higiene para la salud puede utilizarse la metodología participativa, y entre algunas de sus características están las siguientes:

- a) Promover al diálogo y la discusión.
- b) Fomentar la conciencia del grupo.
- c) Ser creativo y flexible.
- d) Partir de los problemas reales.
- e) Colocar al hombre como centro de la acción siendo así sujeto y objeto de la misma.
- f) Fundamentarse en la planificación rigurosa y flexible que se retroalimente permanentemente en el proceso.

2.10.1.1 Recursos audiovisuales

Son instrumentos que ayudan a desarrollar el proceso de educación sanitaria que faciliten el aprendizaje.

2.10.1.2 Material visual

Carteles, folletos, rotafolios, volantes, mantas, etc.

2.10.1.3 Materiales escritos

Libros, revistas, periódicos murales, etc.

2.10.1.4 Materiales combinados

Comedias, obras de teatro, videos, demostraciones, títeres, etc.

"El tipo de material que se elabore depende del enfoque cultural de la comunidad, el que sea más efectivo es el que pueda hacerse con los recursos

⁽²²⁾ Nerici, Imideo, Guisepe. "Hacia una didáctica para la Salud". USAC. Facultad de Humanidades. Año 1,995. Pág. 19. Guatemala.

disponibles. Algunas características de los materiales educativos son: ser completo, claro, sencillo, objetivo, interesante, atractivo y efectivo".⁽²³⁾

Para el logro de esto, es el maestro quien debe no sólo dar el ejemplo, sino de motivar a sus alumnos para que se lleven a cabo las metas trazadas.

⁽²³⁾ Cano Recinos, Jorge. "La Educación para la Salud" USAC. Facultad de Humanidades. Año 1,995. Pág. 19. Guatemala.

CAPITULO 3

MARCO METODOLOGICO

3.1 OBJETIVOS

3.1.1 Objetivo general

Investigar qué acciones desarrolla la escuela primaria para mejorar la higiene de los alumnos del área urbana y rural del sector oficial del municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

3.1.2 Objetivos específicos

1. Determinar las acciones educativas que realiza la escuela en la formación de hábitos higiénicos.
2. Establecer la existencia de actividades curriculares (nivel de aula) sobre higiene y salud infantil.
3. Verificar si los niños y niñas proyectan acciones de higiene en el hogar.
4. Establecer cuáles son los efectos de la proyección escolar en materia de orientación higiénica.
5. Verificar sobre acciones conjuntas que realiza la escuela e instituciones de salud, en la formación de una cultura sanitaria.

3.2 VARIABLE

Variable única

Acciones que la escuela desarrolla para mejorar la higiene escolar.

Definición conceptual

Acciones que desarrolla la escuela se define como: el conjunto de factores, sujetos, objetos y procesos que orientan al alumno a la realización de actividades favorables, para mejorar la higiene escolar.

Definición operacional

Acción curricular de la escuela se define como: el conjunto de estrategias instrumentales que impone la escuela para la formación de hábitos deseables.

OPERACIONALIZACION DE LA VARIABLE

Indicadores

1. La higiene escolar y su influencia en la comunidad.
2. La limpieza de la escuela.
3. El cuidado o tratamiento del agua para el consumo humano.
4. La planificación de contenidos programáticos por parte de los docentes.
5. La higiene de los alimentos que consumen los niños y niñas dentro de la escuela y la comunidad.
6. El rincón de aseo en el aula dentro de la escuela.
7. Actividades que realiza el maestro para mejorar la higiene escolar.
8. El agua en condiciones de higiene.
9. Materiales para la higiene escolar.
10. Insumos para la prevención de enfermedades en la escuela.
11. Los servicios sanitarios en la escuela.
12. Los hábitos higiénicos en los niños y niñas.
13. La practicabilidad de hábitos higiénicos en el alumno y docente.

3.3 LOS SUJETOS

3.3.1 Población o universo

- Personal docente de los distintos establecimientos educativos del sector oficial área urbana y rural del municipio de San Sebastián, Retalhuleu.
- Alumnos del ciclo de educación primaria del área urbana y rural del sector oficial del municipio de San Sebastián, departamento de Retalhuleu.

3.3.2 Muestra

Ante la imposibilidad de encuestar a toda la población escolar del municipio, se decidió tomar una muestra de:

- 600 alumnos, equivalentes al 40% de la población del área urbana y rural, del sector oficial de los grados de tercero a sexto grado primaria.
- 55 docentes, equivalentes al 90% del área urbana y rural del sector oficial.
- Entrevista a: 7 directores de escuelas oficiales urbanas y rurales.
- Entrevista a: 1 Supervisor educativo.
- Entrevista a: 2 Capacitadores técnicos pedagógicos
- Entrevista a: 1 Técnico del Centro de salud.

3.4 INSTRUMENTOS UTILIZADOS

Para desarrollar la investigación se aplicaron los siguientes instrumentos:

1. Encuestas para alumnos de 3o. a 6o. grados del nivel primario área urbana y rural del municipio de San Sebastián, Depto. de Retalhuleu.
2. Encuesta a docentes de escuelas oficiales área urbana y rural del municipio de San Sebastián.
3. Entrevistas a autoridades de educación y salud pública del municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

Los instrumentos fueron elaborados expresamente para esta investigación.

3.5 PROCEDIMIENTO

Después de haber formulado los objetivos de la investigación se procedió a la elaboración de los instrumentos que permitieran recabar los datos.

Se aplicó las encuestas a 7 establecimientos educativos del nivel primario del área urbana y rural del municipio de San Sebastián, Retalhuleu, donde laboran docentes y alumnos. Entrevistándose también a las autoridades de educación y de salud pública del municipio.

Finalizado el trabajo de campo, se procedió a tabular los datos, cuyos resultados se presentan en cuadros y gráficas de, por ser un procedimiento estadístico sencillo, objetivo y de fácil interpretación que demuestran los porcentajes que se obtuvieron a través de las encuestas.

3.6 ANALISIS ESTADISTICO

Los datos obtenidos de la investigación son presentados en cuadros de doble entrada y gráficas en forma porcentual.

CAPITULO 4

MARCO CONCEPTUAL

4.1 LA RECOPIACION Y EL TRATAMIENTO DE LA INFORMACION

Fueron fuentes de información las siguientes.

a) Documental

- Biblioteca.
- Hemeroteca: Centro de documentación.

b) De campo

- Observación
- Interrogación
- Entrevistas
- Encuestas

4.2 PRESENTACION Y ANALISIS DE RESULTADOS

En este capítulo se presentan y analizan los resultados de las encuestas realizadas a docentes y alumnos que laboran en las Escuelas Oficiales del Nivel Primario Area urbana y rural del municipio de San Sebastián, departamento de Retalhuleu, así como entrevistas a autoridades educativas y de salud pública.

En primer lugar, se presentan los datos de la encuesta realizada a docentes, con una interpretación y análisis de datos más relevantes que reflejan el proceso estadístico.

Inmediatamente se presentan los datos obtenidos de la encuesta aplicada a alumnos de 3o. a 6o. grados del Nivel Primario del Area Urbana y Rural del municipio de San Sebastián, departamento de Retalhuleu, con su respectiva interpretación y análisis de los mismos.

El objetivo educativo principal de las encuestas, es diagnosticar las acciones que realiza la escuela primaria para mejorar la higiene escolar tanto en alumnos como docentes, y así poder proponer estrategias acordes a los problemas, necesidades y expectativas de los alumnos del área rural y urbana del municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

Para el efecto, se aplicó encuestas a 600 estudiantes y 55 docentes que laboran en las escuelas oficiales del nivel primario área urbana y rural del municipio de San Sebastián, Retalhuleu, consistente cada encuesta de 15 preguntas, para verificar las acciones que realiza la escuela para mejorar la higiene escolar.

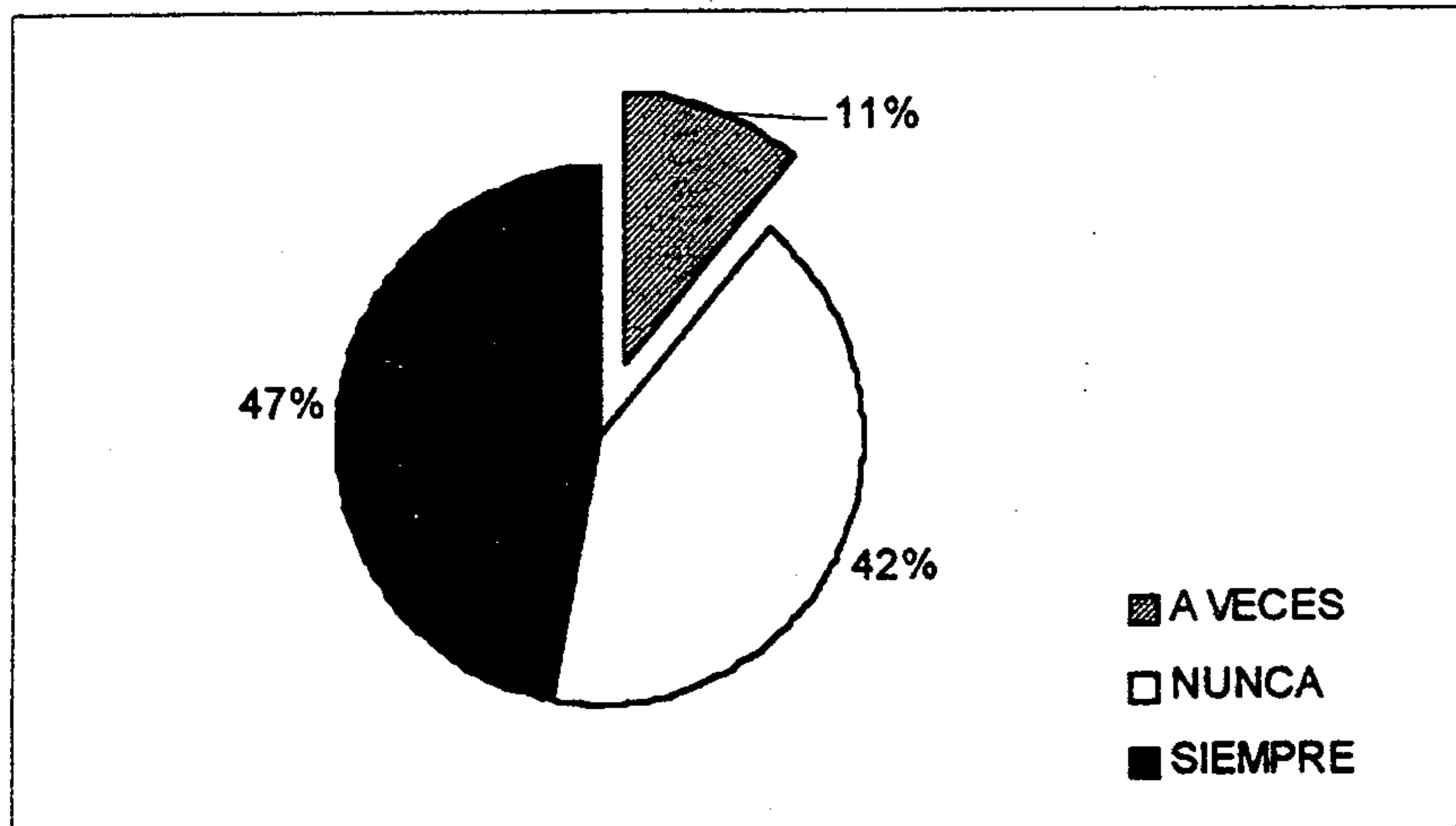
Así mismo, se entrevistó a autoridades de educación y de salud del municipio de San Sebastián, para detectar la importancia de la higiene escolar.

A continuación se presenta la interpretación de los datos y el análisis de los mismos.

**INTERPRETACION Y ANALISIS DE LOS DATOS OBTENIDOS
DE LA ENCUESTA PARA DOCENTES QUE LABORAN
EN ESCUELAS OFICIALES DEL NIVEL PRIMARIO,
AREA URBANA Y RURAL DEL MUNICIPIO DE
SAN SEBASTIAN, DEPARTAMENTO DE RETALHULEU**

1. Ha impartido pláticas a sus alumnos sobre higiene.

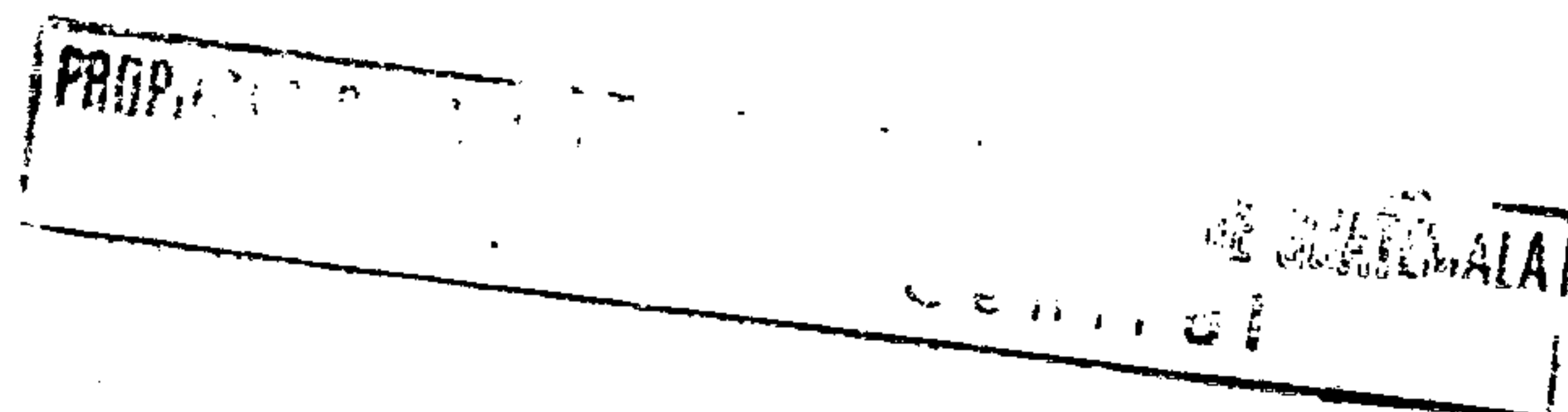
No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
1.1	Siempre	282	47.00
1.2	A veces	66	11.00
1.3	Nunca	252	42.00
	TOTAL	600	100.00



FUENTE: Encuesta profesores, municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

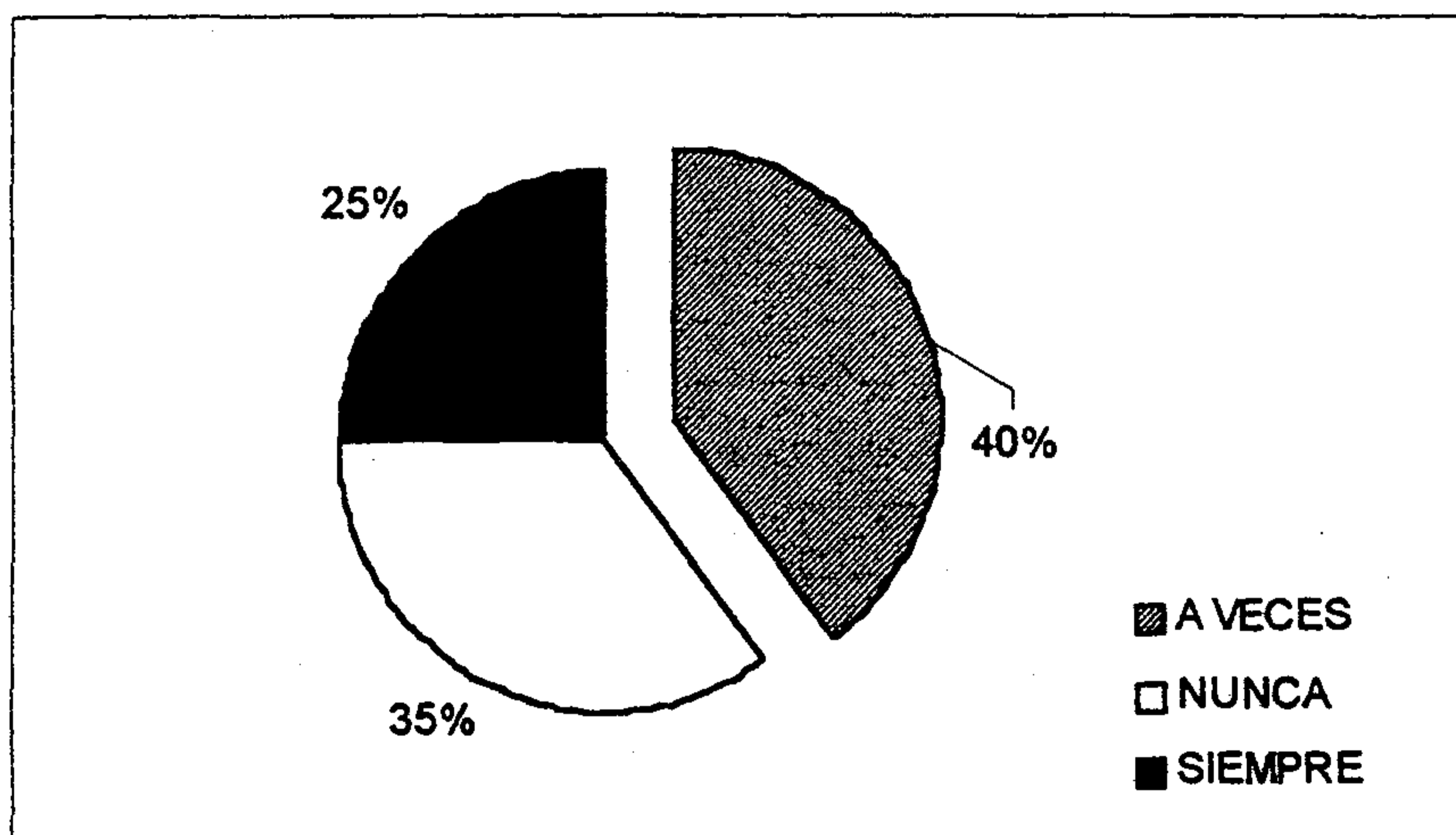
INTERPRETACION:

El 47% de los encuestados manifiestan siempre impartir pláticas a sus alumnos sobre higiene. Mientras que el 11% a veces y el 42% nunca.



2. Ha informado a sus estudiantes cómo poder evitar la diarrea.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
2.1	Siempre	150	25.00
2.2	A veces	240	40.00
2.3	Nunca	210	35.00
	TOTAL	600	100.00



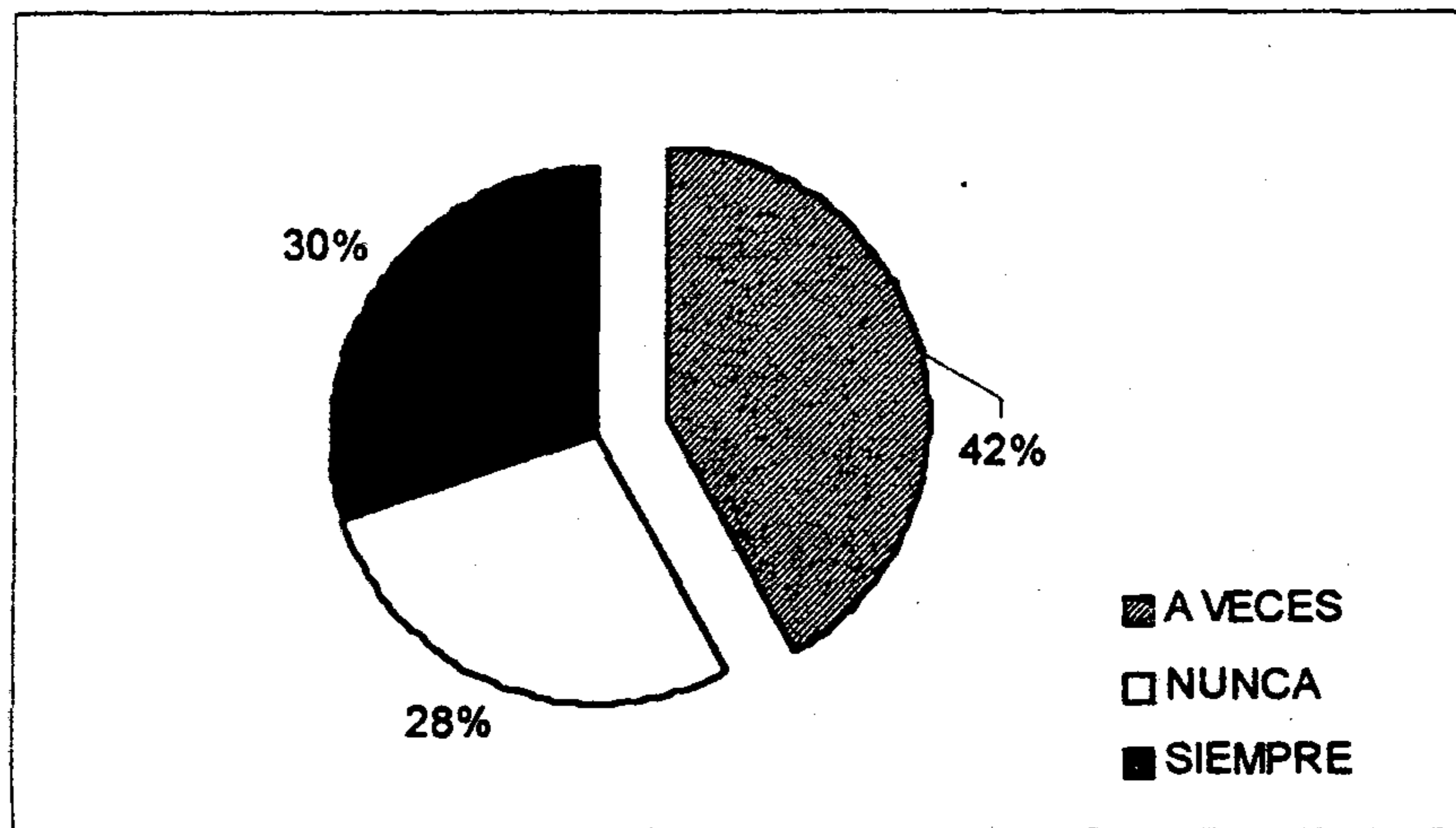
FUENTE: Encuesta profesores, municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

El 25% de los encuestados **siempre** han informado a sus estudiantes como poder evitar la diarrea. Mientras que el 40% lo hacen **a veces** y el 35% **nunca**.

3. Ha indicado a sus alumnos el hábito de cepillarse los dientes.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
3.1	Siempre	180	30.00
3.2	A veces	252	42.00
3.3	Nunca	168	28.00
	TOTAL	600	100.00



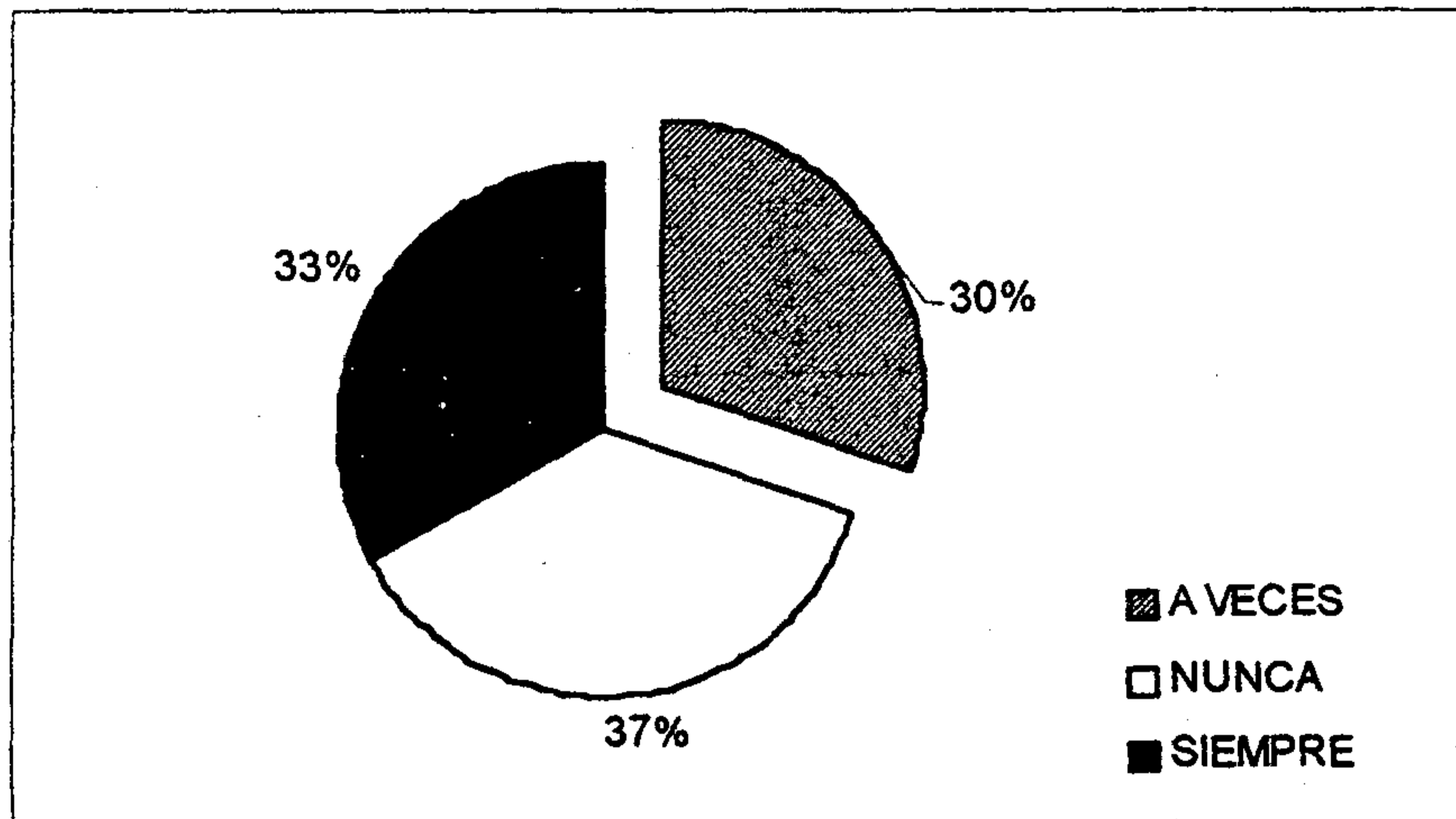
FUENTE: Encuesta profesores, municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

La gráfica demuestra que un 30% ha indicado **siempre** a sus alumnos el hábito de cepillarse los dientes. Mientras que el 42% **a veces** y el 28% **nunca**.

4. Sus alumnos depositan la basura en su lugar.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
4.1	Siempre	198	33.00
4.2	A veces	180	30.00
4.3	Nunca	222	37.00
	TOTAL	600	100.00



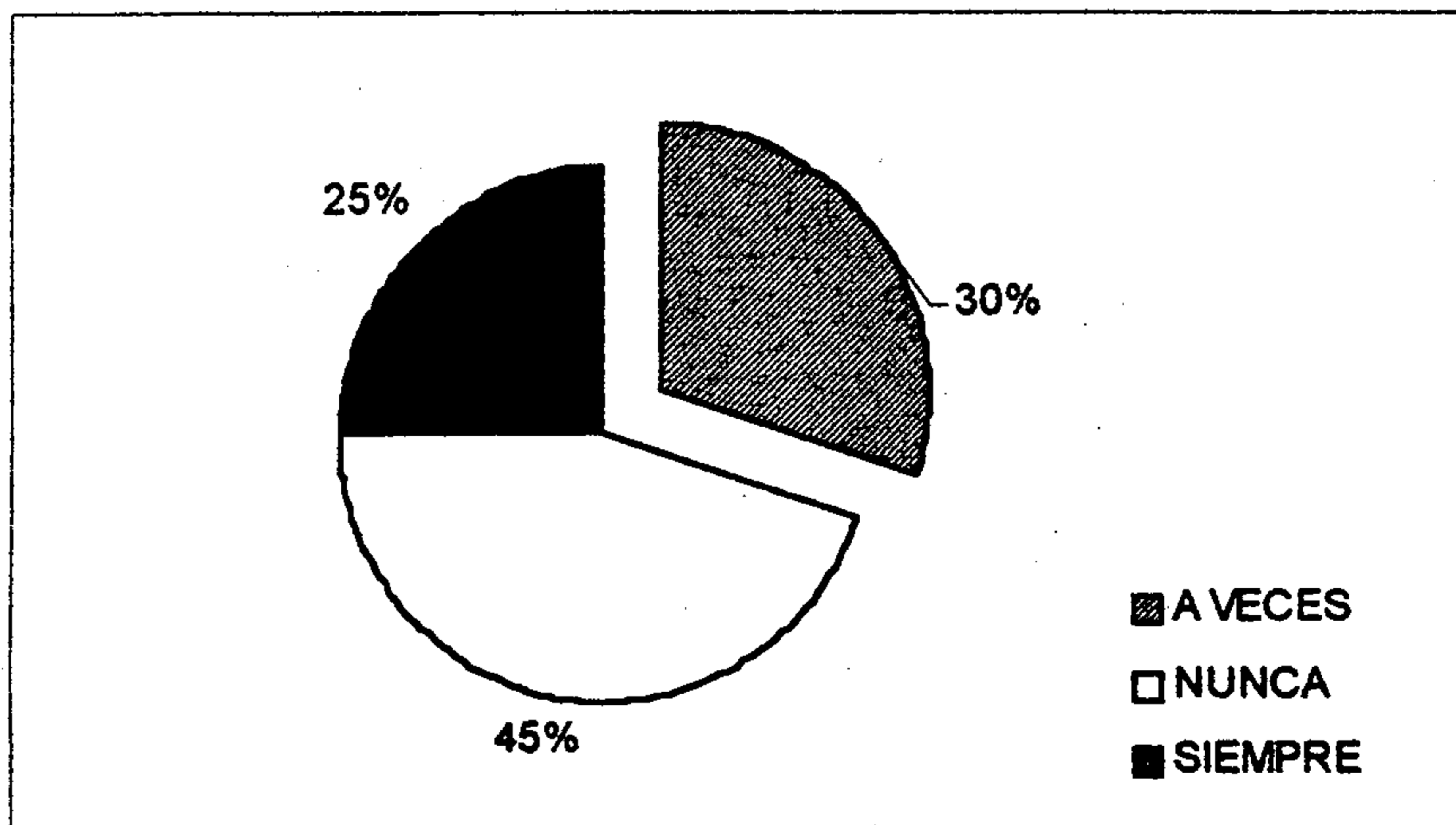
FUENTE: Encuesta profesores, municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

La gráfica demuestra que un 33% de sus alumnos depositan siempre la basura en su lugar. Mientras que un 30% a veces y un 37% nunca.

5. Los servicios sanitarios de su escuela se mantienen limpios y desinfectados.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
5.1	Siempre	150	25.00
5.2	A veces	180	30.00
5.3	Nunca	270	45.00
	TOTAL	600	100.00



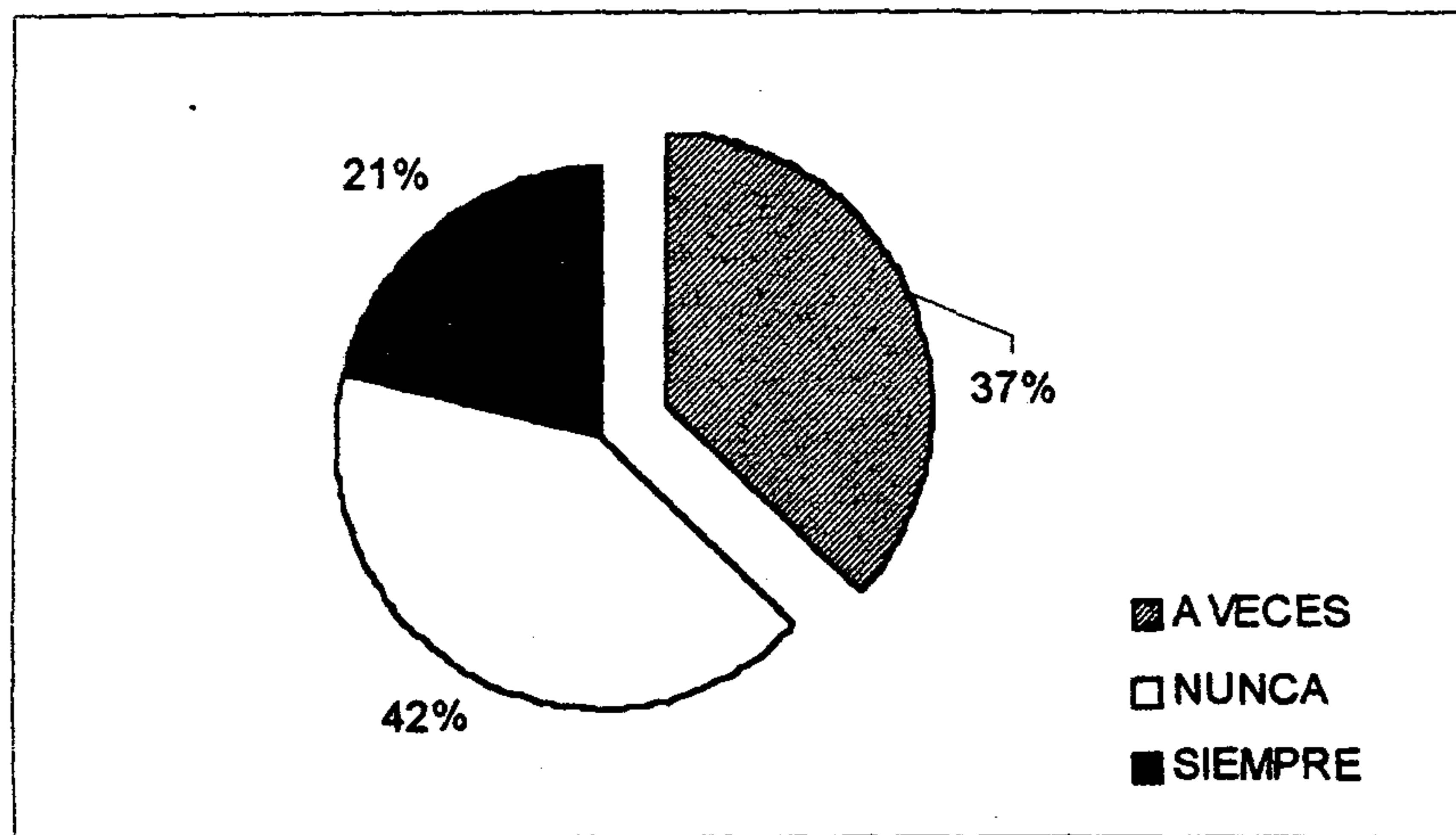
FUENTE: Encuesta profesores, municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

El 25% de los encuestados manifiestan que siempre los servicios sanitarios de su escuela se mantienen limpios y desinfectados. Mientras que un 30% a veces y un 45% nunca.

6. En su escuela ha colaborado con llevar campañas de desparasitación entre sus estudiantes.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
6.1	Siempre	126	21.00
6.2	A veces	222	37.00
6.3	Nunca	252	42.00
	TOTAL	600	100.00



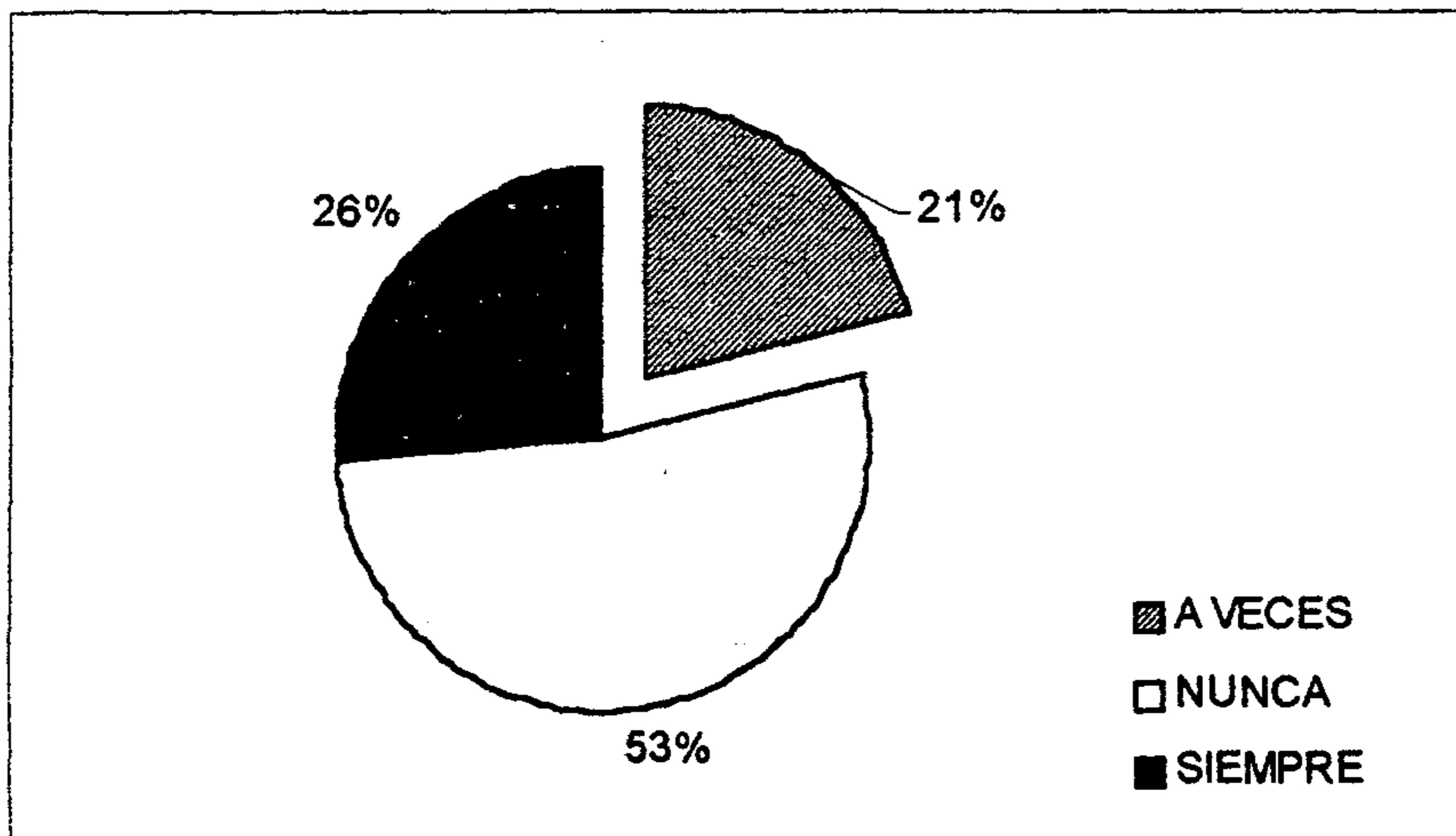
FUENTE: Encuesta profesores, municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

El 21% de los encuestados manifiestan que han colaborado con llevar campañas de desparasitación entre sus estudiantes. Mientras que un 37% a veces y un 42% nunca.

7. Ha colaborado con la tienda escolar a efecto que los alimentos que consuman sus alumnos sean preparados higiénicamente.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
7.1	Siempre	156	26.00
7.2	A veces	126	21.00
7.3	Nunca	318	53.00
	TOTAL	600	100.00



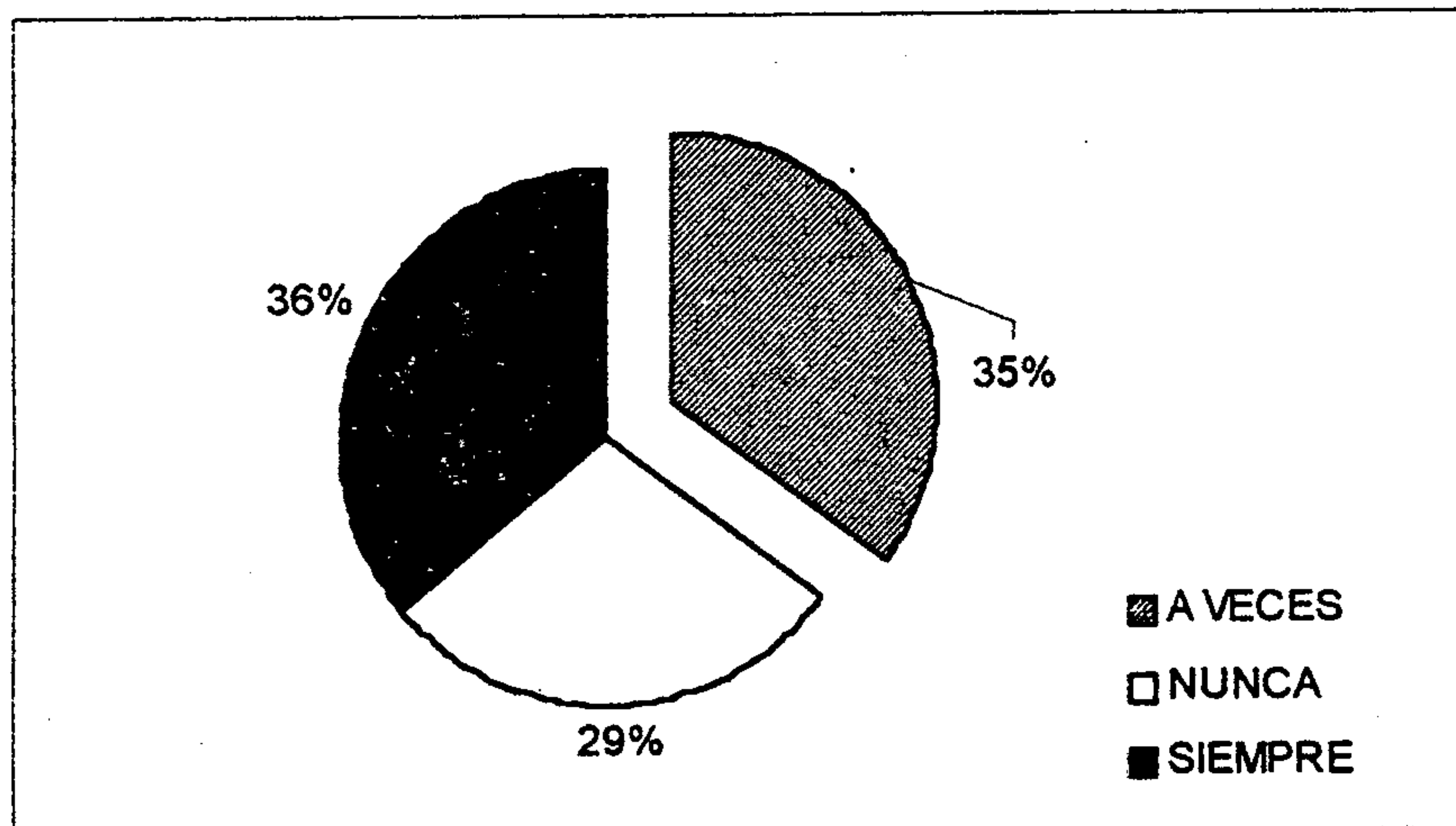
FUENTE: Encuesta profesores, municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

La gráfica demuestra que el 26% de los encuestados **siempre** colabora con la tienda escolar para que los alimentos que consuman sean preparados higiénicamente. Mientras que un 21% **a veces** y un 53% **nunca**.

8. Inculca el hábito entre sus alumnos para que porten pañuelo limpio.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
8.1	Siempre	216	36.00
8.2	A veces	210	35.00
8.3	Nunca	174	29.00
	TOTAL	600	100.00



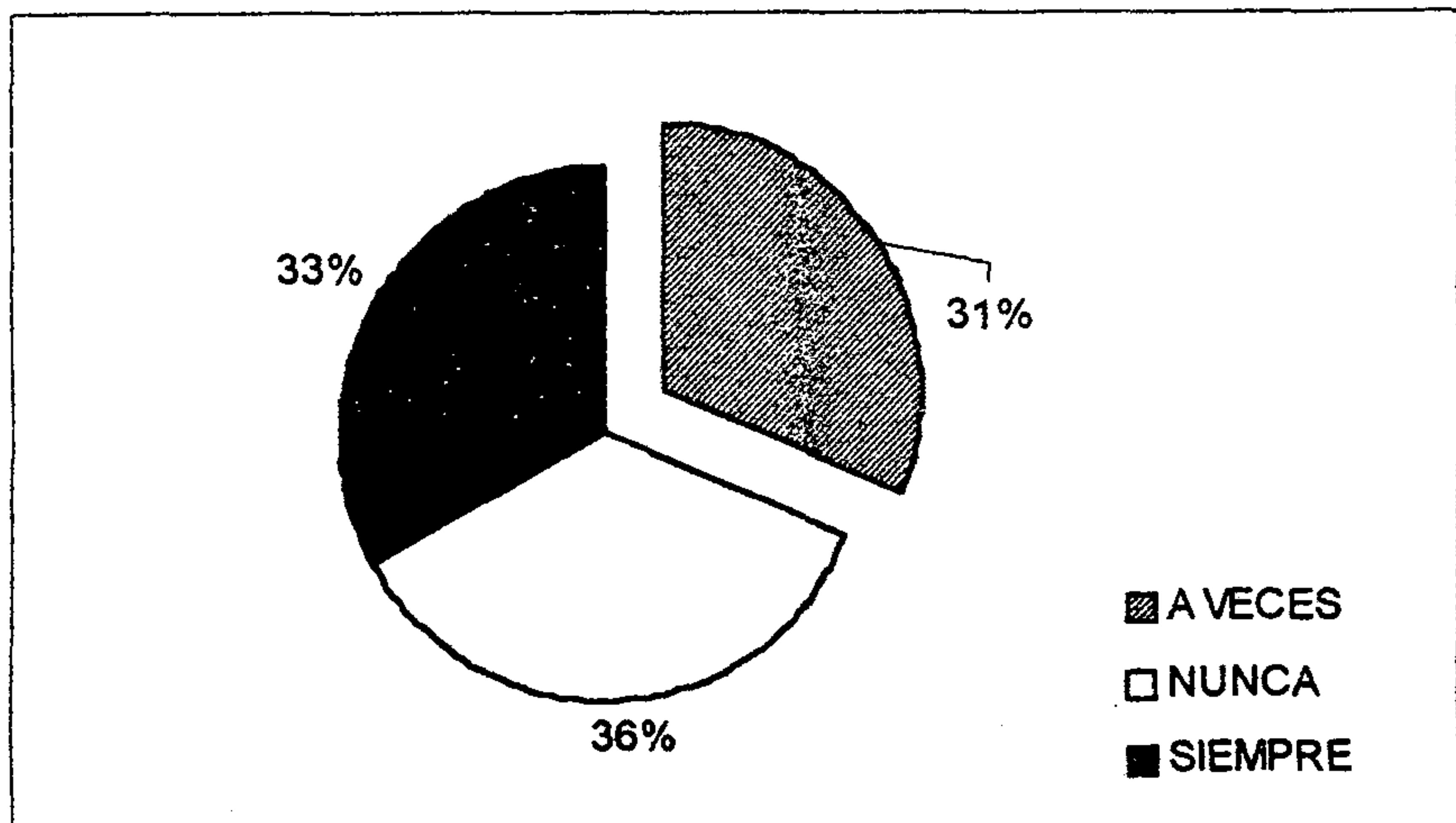
FUENTE: Encuesta profesores, municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

La gráfica demuestra que el 36% de los encuestados **siempre** inculca hábito entre sus alumnos para que porten pañuelo limpio. Mientras que un 35% **a veces** y un 29% **nunca**.

9. Le revisa las manos y uñas a sus alumnos al entrar a clases.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
9.1	Siempre	198	33.00
9.2	A veces	186	31.00
9.3	Nunca	216	36.00
	TOTAL	600	100.00



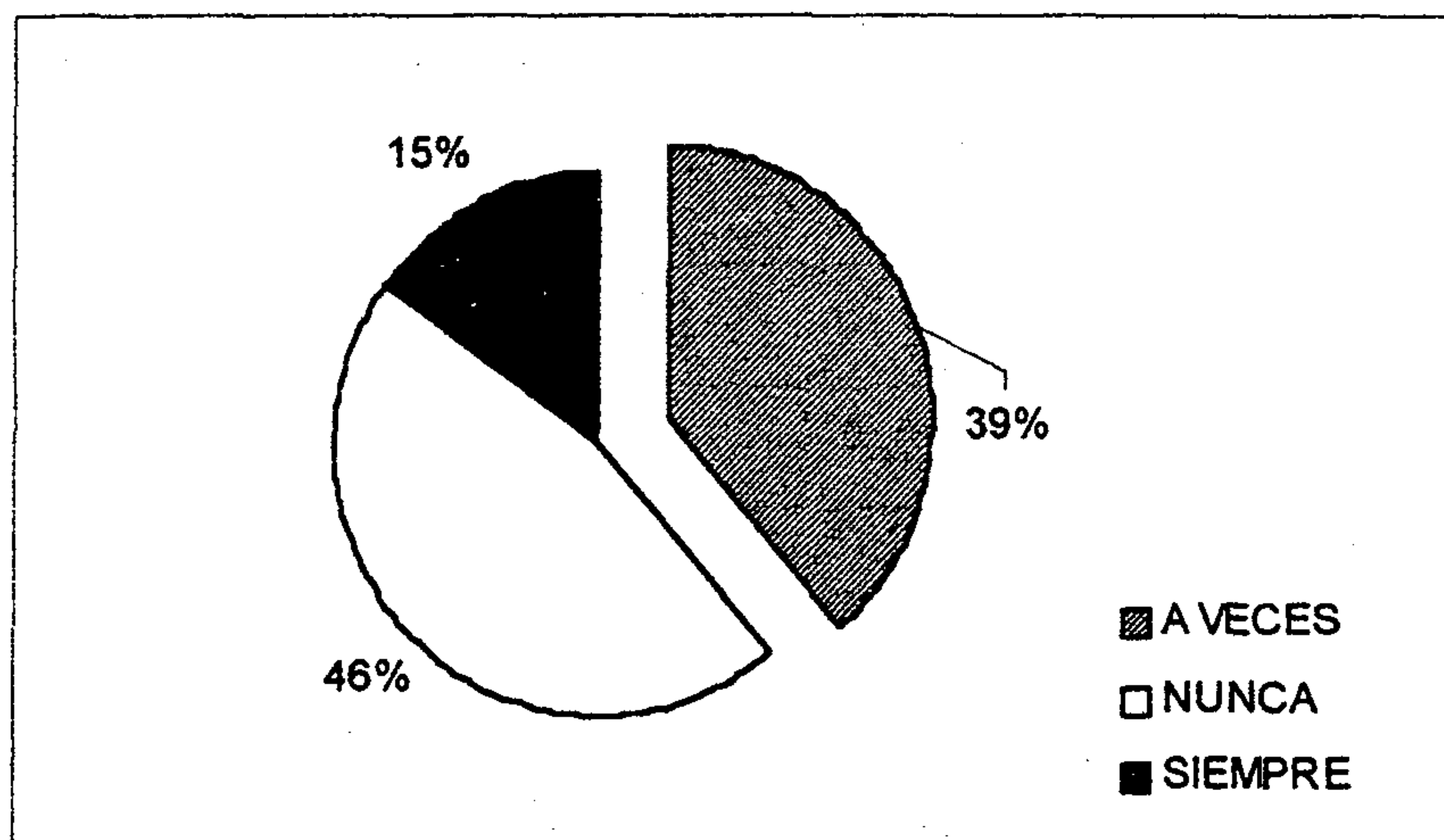
FUENTE: Encuesta profesores, municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

Un 33% de los encuestados manifiestan que **siempre** le revisan las manos y uñas a sus alumnos al entrar a clases. Mientras que un 31% **a veces** y un 36% **nunca**.

10. En su escuela mantienen limpiadores o toallas para uso de los alumnos.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
10.1	Siempre	90	15.00
10.2	A veces	234	39.00
10.3	Nunca	276	46.00
	TOTAL	600	100.00



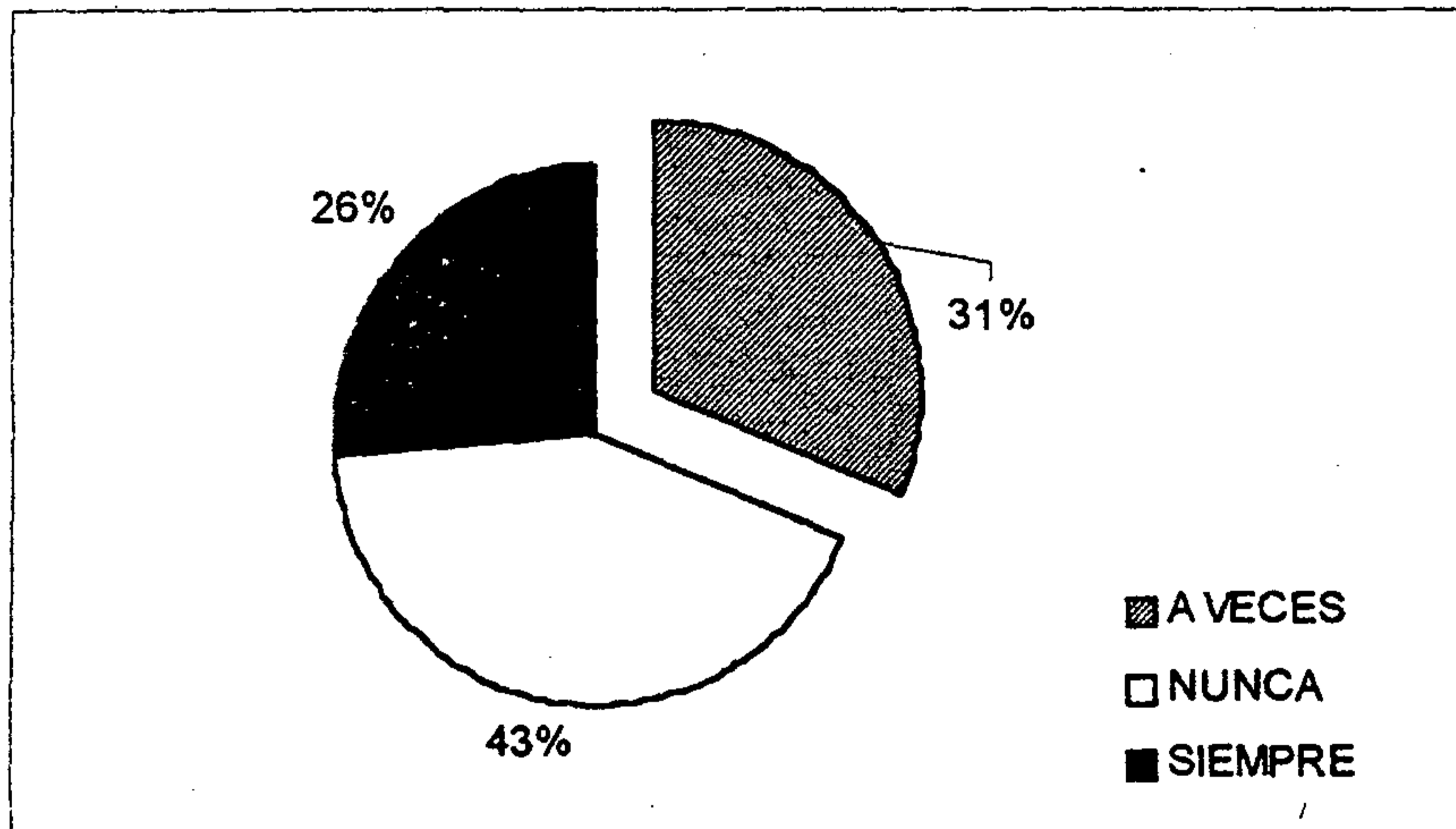
FUENTE: Encuesta profesores, municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

La gráfica demuestra el 15% de los encuestados siempre mantienen limpiadores o toallas para uso de los alumnos. Mientras que un 39% a veces y un 46% nunca.

11. Los alrededores de su escuela se mantienen con olores desagradables.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
11.1	Siempre	156	26.00
11.2	A veces	186	31.00
11.3	Nunca	258	43.00
	TOTAL	600	100.00



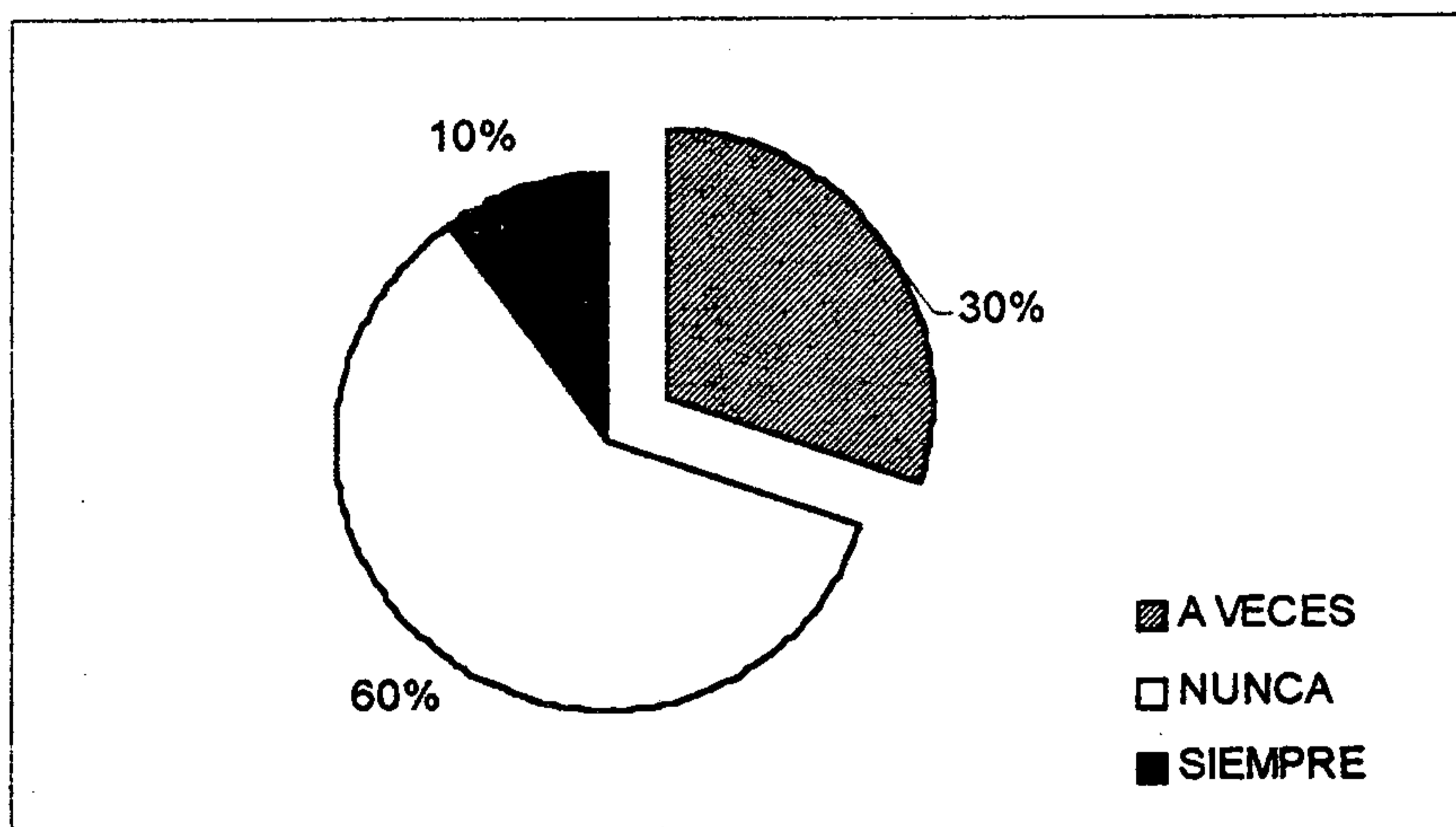
FUENTE: Encuesta profesores, municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

El 26% de los encuestados manifiestan que **siempre** los alrededores de su escuela se mantienen con olores desagradables. Mientras que un 31% **a veces** y un 43% **nunca**.

12. El agua que consumen sus alumnos está clorada o potabilizada.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
12.1	Siempre	60	10.00
12.2	A veces	180	30.00
12.3	Nunca	360	60.00
	TOTAL	600	100.00



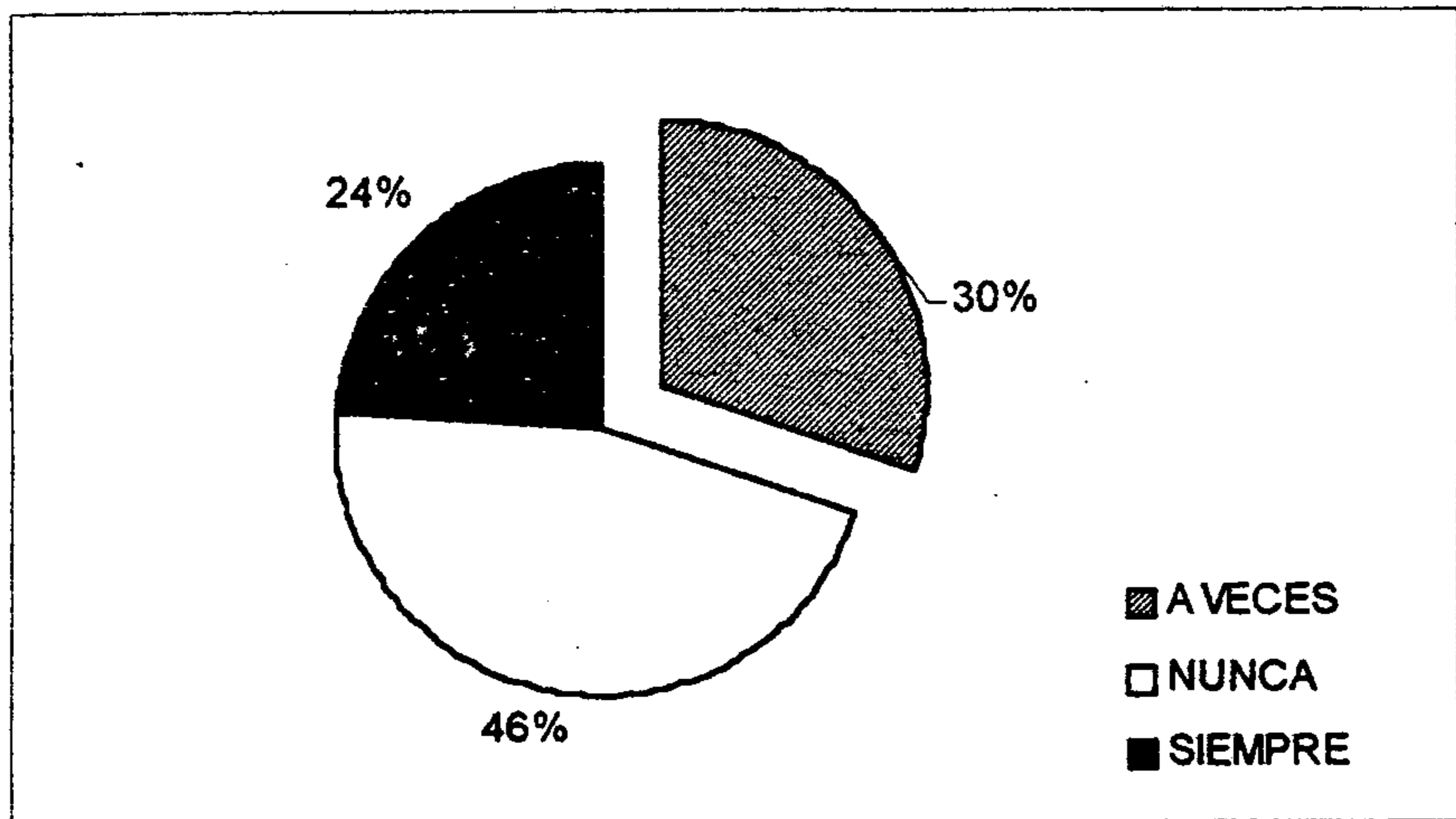
FUENTE: Encuesta profesores, municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

El 10% de los encuestados manifiestan que **siempre** el agua que consumen sus alumnos está clorada o potabilizada. Mientras que un 30% **a veces** y un 60% **nunca**.

13. Sus estudiantes se lavan las manos antes de refaccionar.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
13.1	Siempre	144	24.00
13.2	A veces	180	30.00
13.3	Nunca	276	46.00
	TOTAL	600	100.00



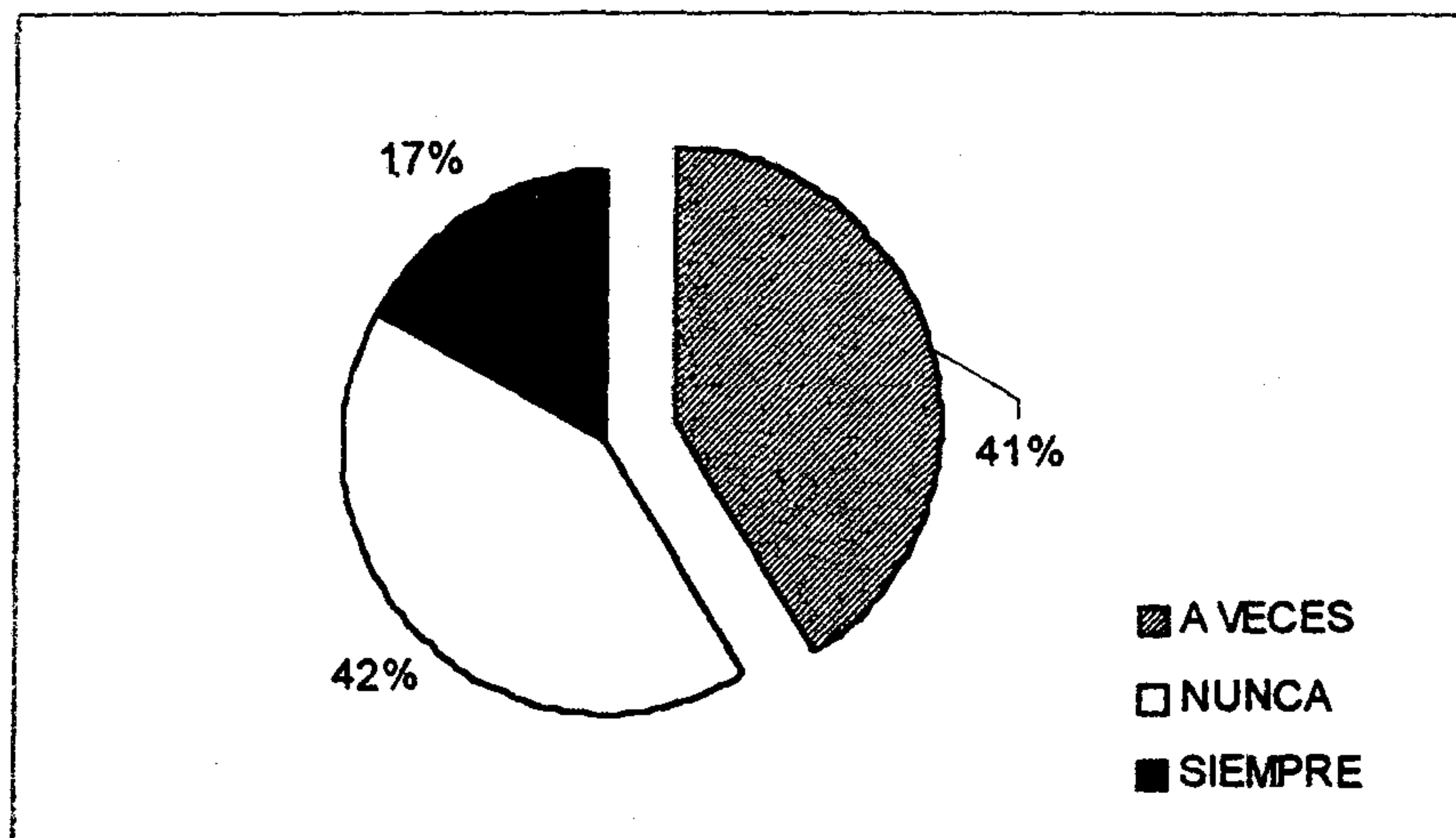
FUENTE: Encuesta profesores, municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

La gráfica demuestra que el 24% de los encuestados siempre se lavan las manos antes de refaccionar. Mientras que un 30% a veces y un 46% nunca.

14. Lava con sus alumnos el piso de su aula con desinfectante.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
14.1	Siempre	102	17.00
14.2	A veces	246	41.00
14.3	Nunca	252	42.00
	TOTAL	600	100.00



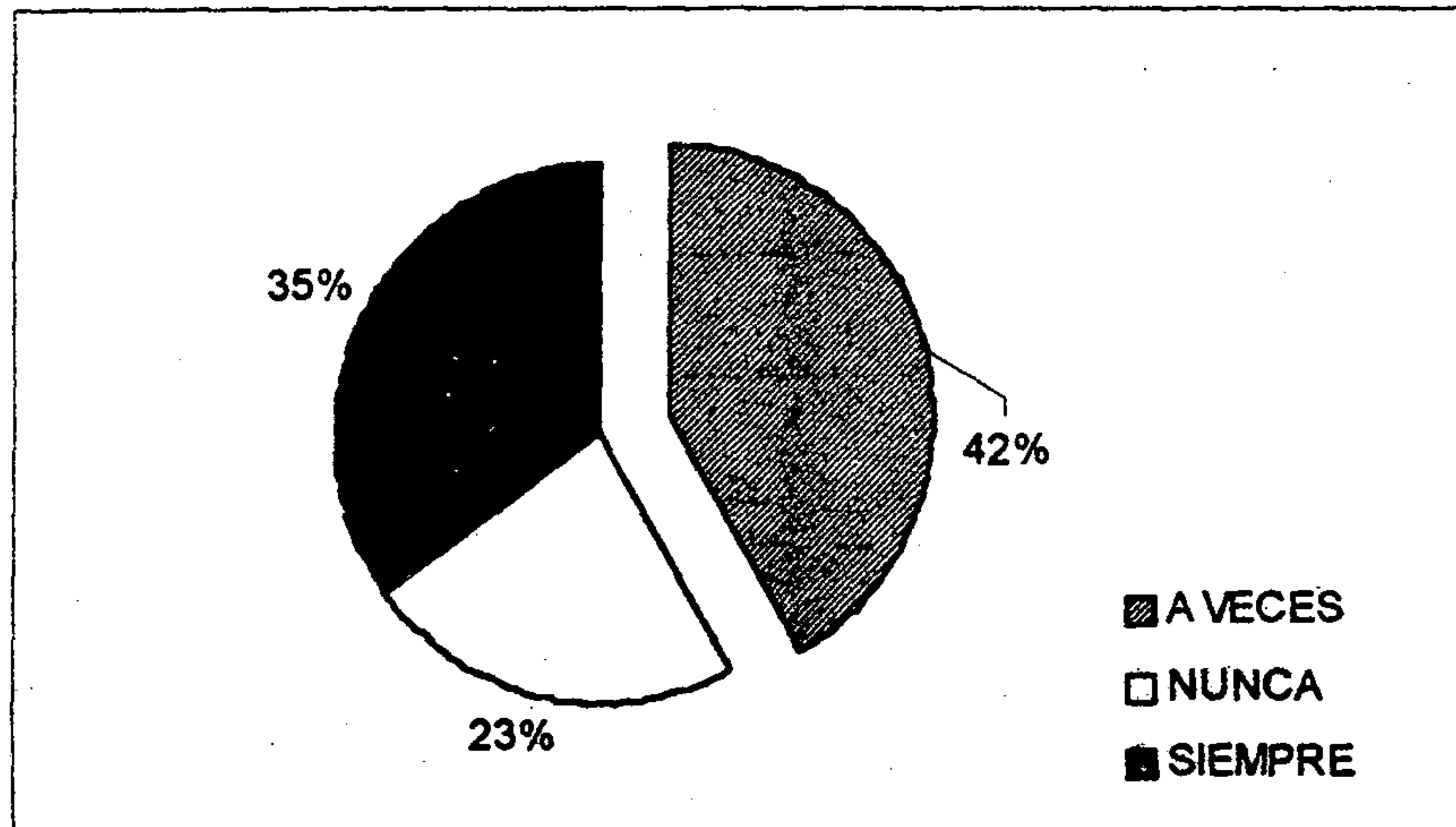
FUENTE: Encuesta profesores, municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

El 17% de los encuestados lava con sus alumnos el piso de su aula con desinfectantes. Mientras que un 41% a veces y un 42% nunca.

15. Mantiene su aula en condiciones higiénicas.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
15.1	Siempre	210	35.00
15.2	A veces	252	42.00
15.3	Nunca	138	23.00
	TOTAL	600	100.00



FUENTE: Encuesta profesores, municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

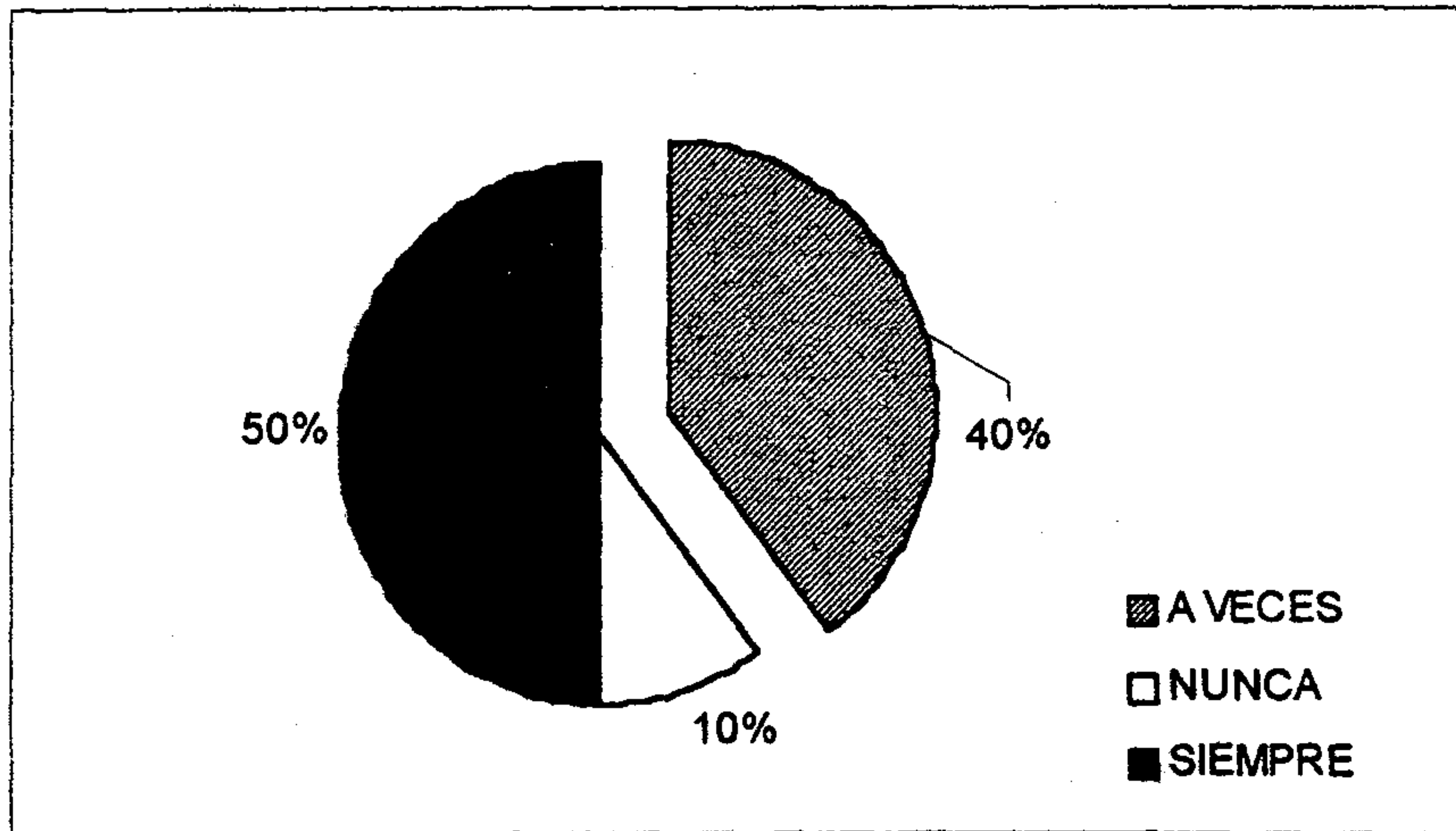
INTERPRETACION:

El 35% de los encuestados manifiestan que mantienen su aula en condiciones higiénicas. Mientras que un 42% a veces y un 23% nunca.

**INTERPRETACION Y ANALISIS DE LOS DATOS OBTENIDOS
DE LA ENCUESTA PARA ALUMNOS
DE ESCUELAS OFICIALES DEL NIVEL PRIMARIA,
DEL MUNICIPIO DE SAN SEBASTIAN,
DEPARTAMENTO DE RETALHULEU**

1. En la escuela recibe pláticas sobre higiene.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
1.1	Siempre	300	50.00
1.2	A veces	240	40.00
1.3	Nunca	60	10.00
	TOTAL	600	100.00



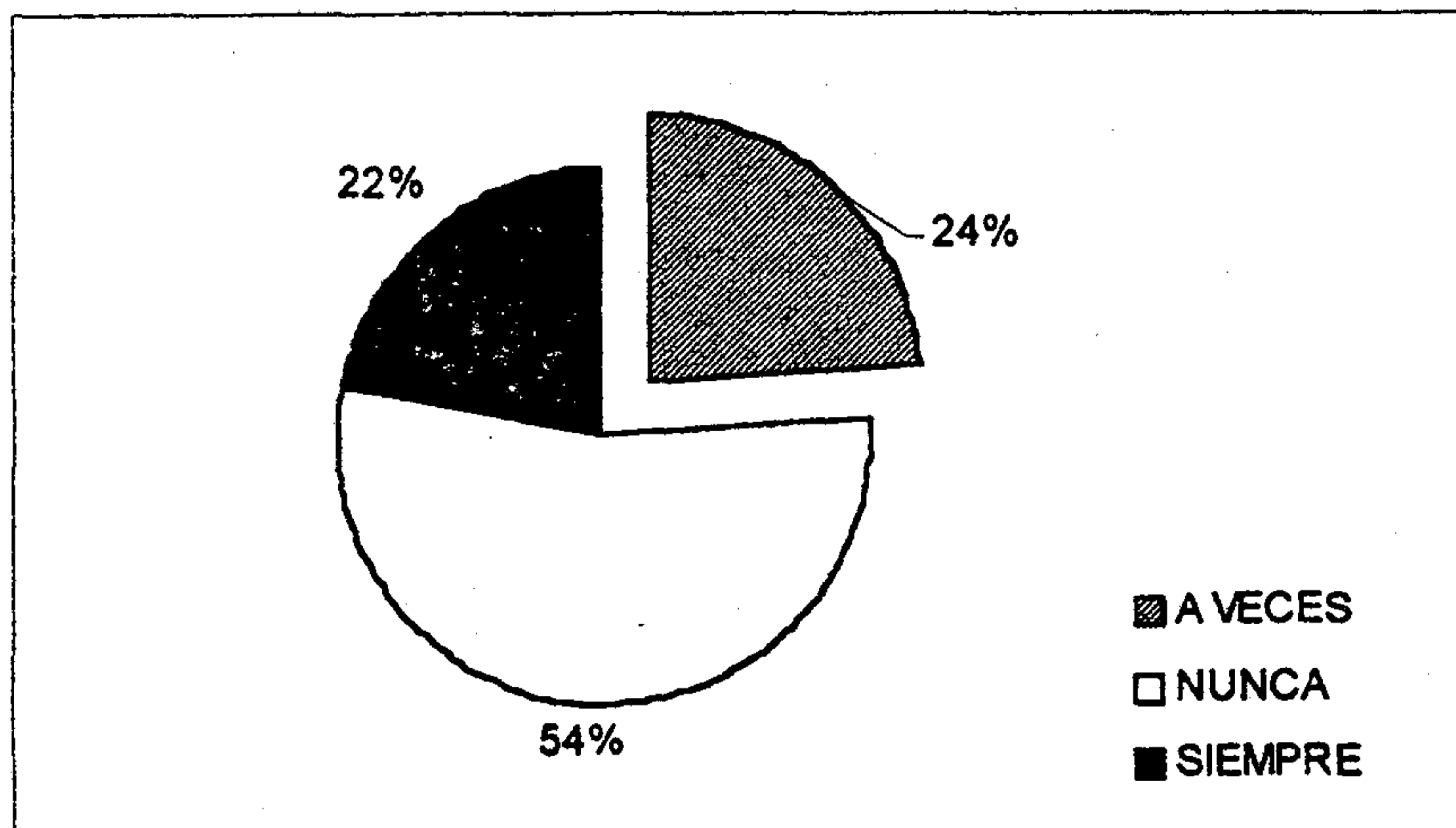
FUENTE: Encuesta alumnos municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

Se ha comprobado que el 50% siempre han recibido pláticas sobre higiene, el 40% a veces y el 10% nunca ha recibido pláticas de la misma.

2. En la escuela se le ha indicado cómo evitar la diarrea.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
2.1	Siempre	132	22.00
2.2	A veces	144	24.00
2.3	Nunca	324	54.00
	TOTAL	600	100.00



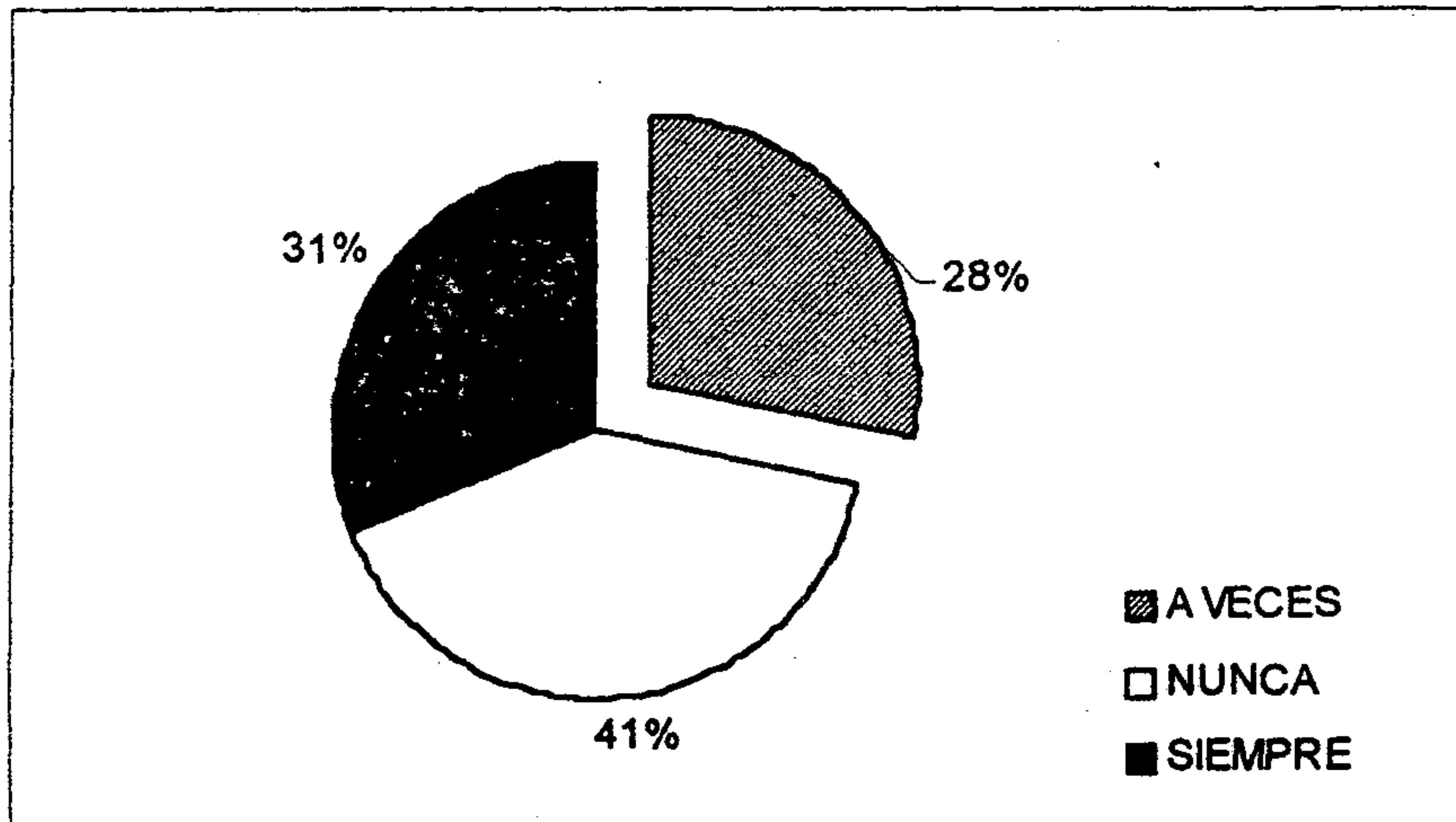
FUENTE: Encuesta alumnos municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

Se ha comprobado que el 22% ha recibido indicaciones de cómo evitar la diarrea, el 24% a veces y el 54% nunca ha recibido indicaciones de la misma.

3. Deposita la basura en su lugar.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
3.1	Siempre	186	34.00
3.2	A veces	168	28.00
3.3	Nunca	246	41.00
	TOTAL	600	100.00



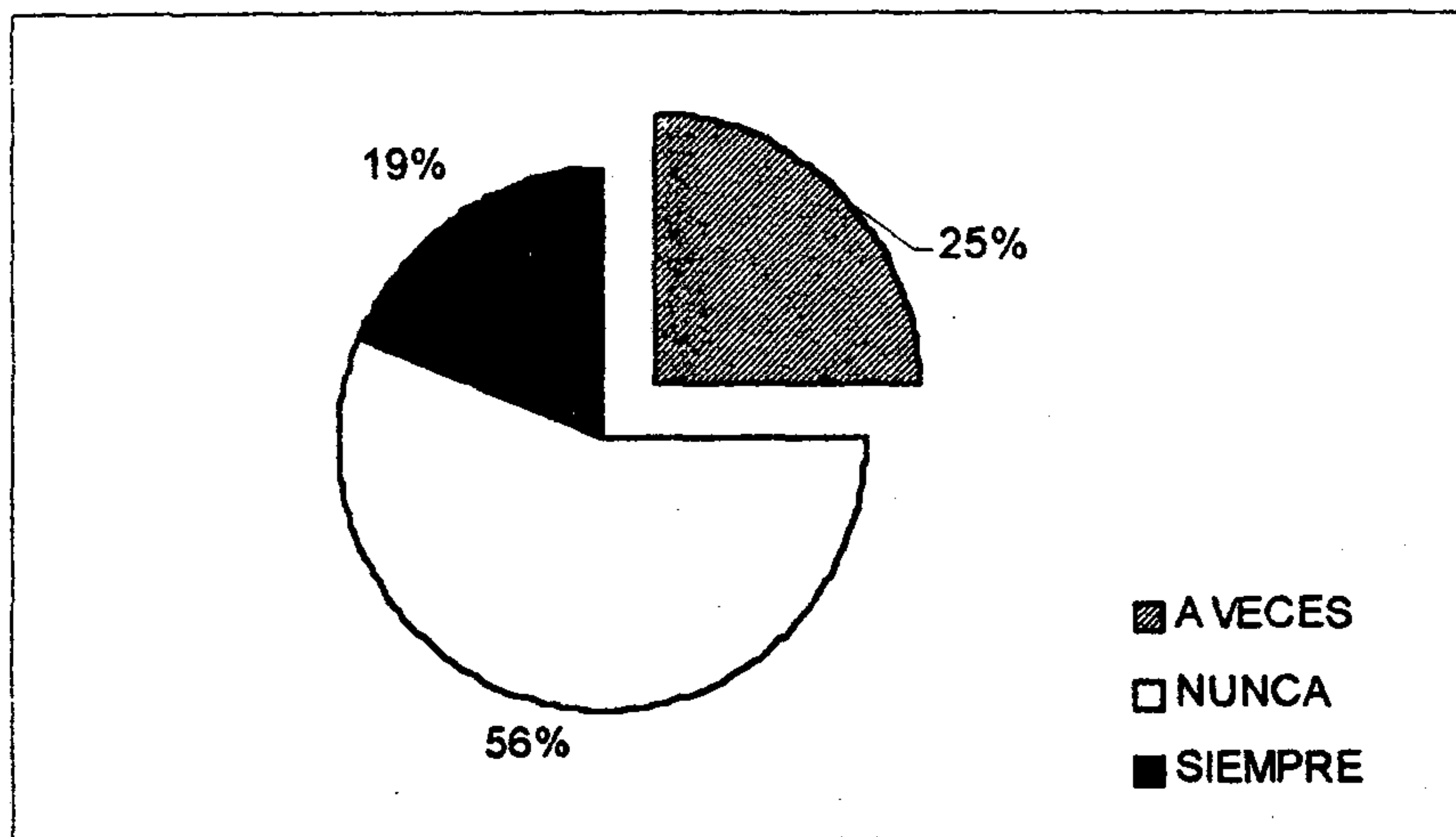
FUENTE: Encuesta alumnos municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

Se ha comprobado que el 31% siempre deposita la basura en su lugar, el 28% a veces y el 54% nunca.

4. Los servicios sanitarios de su escuela se mantienen limpios y desinfectados.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
4.1	Siempre	114	19.00
4.2	A veces	150	25.00
4.3	Nunca	236	56.00
	TOTAL	600	100.00



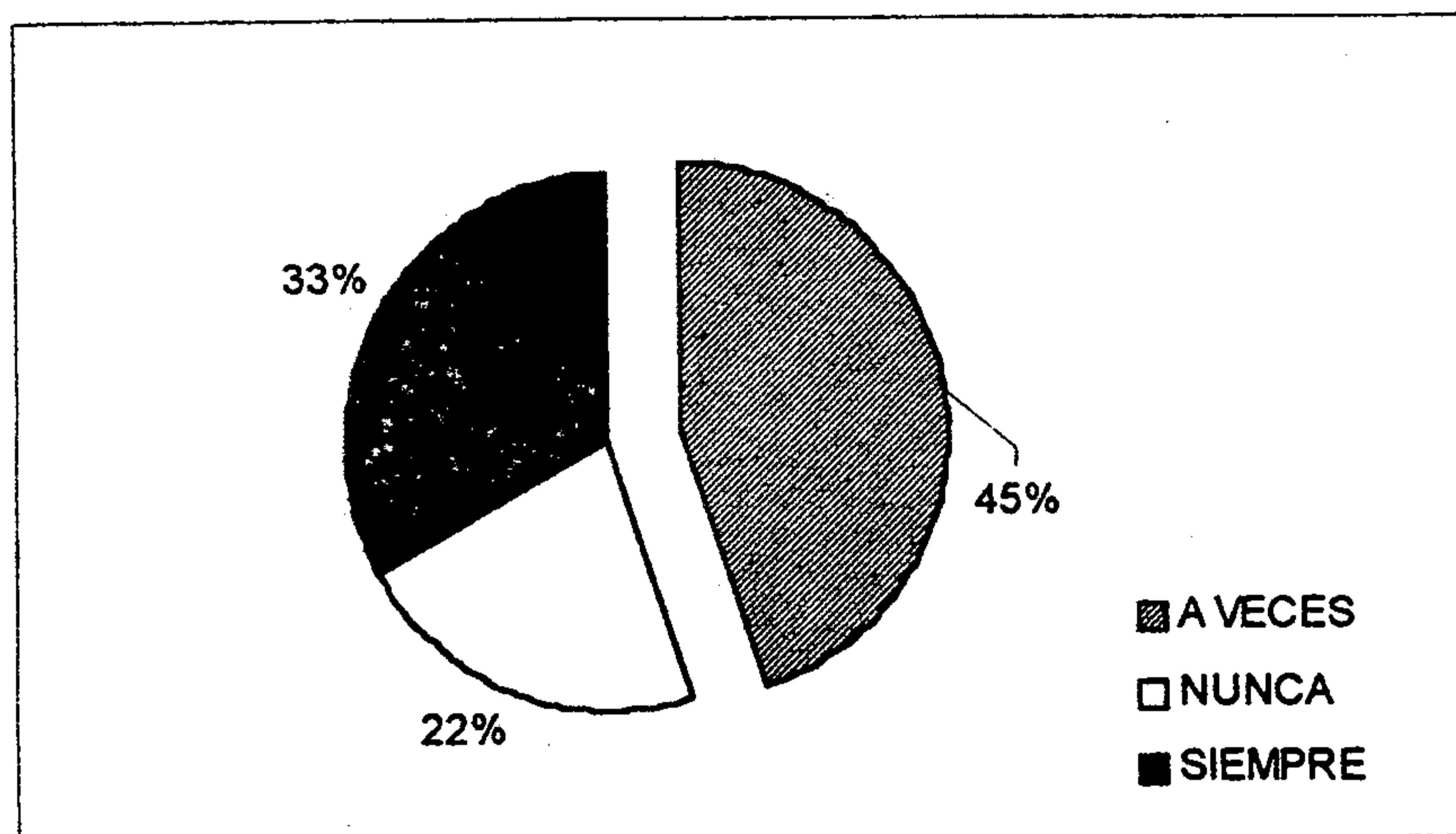
FUENTE: Encuesta alumnos municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

Se ha analizado que el 19% de los servicios sanitarios de su escuela se mantienen limpios y desinfectados, el 25% a veces y el 56% nunca.

5. Por parte de su maestro se le ha indicado la visita a un dentista.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
5.1	Siempre	180	33.00
5.2	A veces	240	45.00
5.3	Nunca	120	22.00
	TOTAL	600	100.00



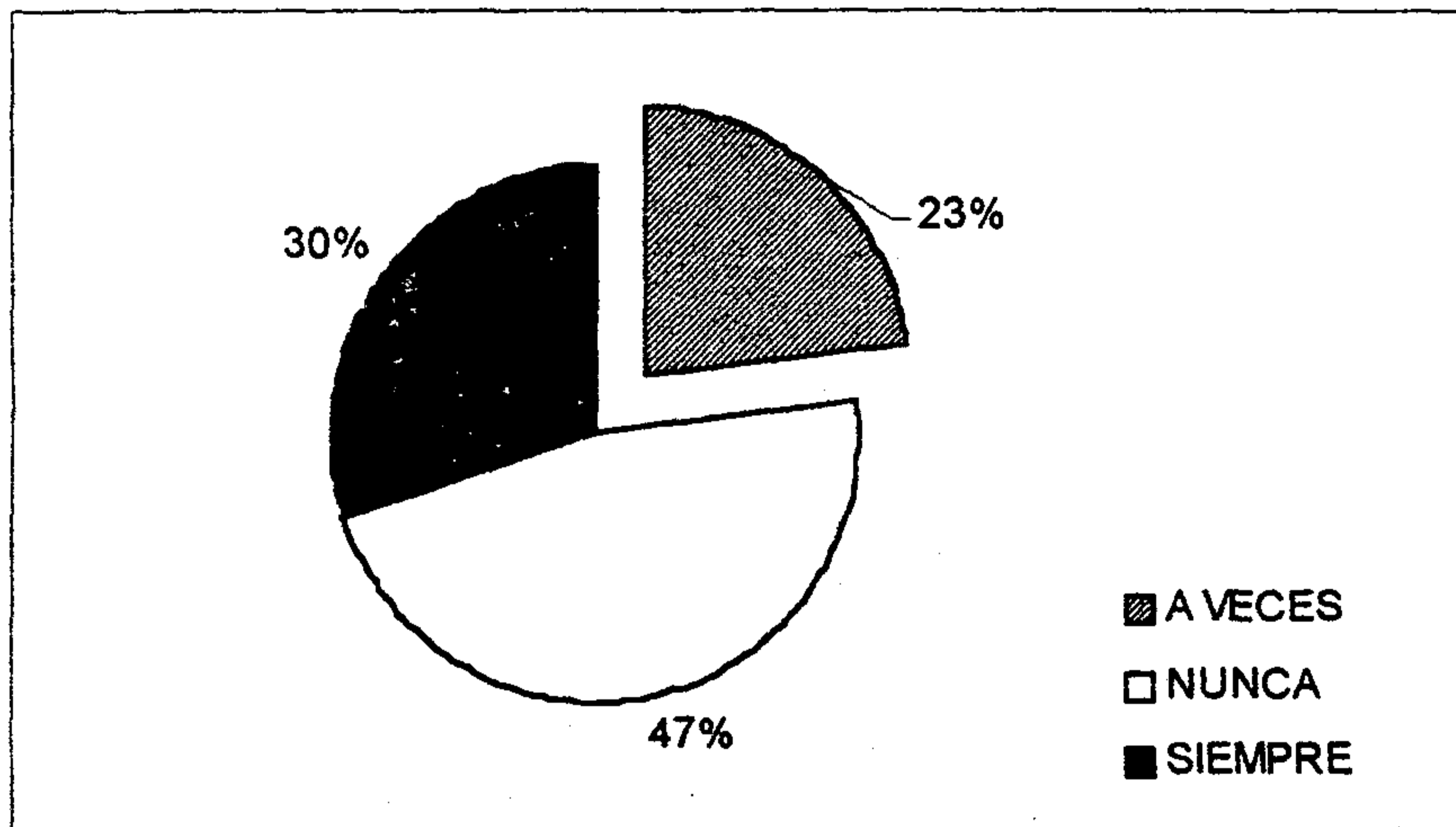
FUENTE: Encuesta alumnos municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

Se ha analizado que el 33% siempre reciben indicaciones de su maestro de visitar un dentista, el 44% a veces y el 22% nunca.

6. En su escuela se han llevado a cabo campañas de desparasitación.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
6.1	Siempre	180	30.00
6.2	A veces	138	23.00
6.3	Nunca	286	47.00
	TOTAL	600	100.00



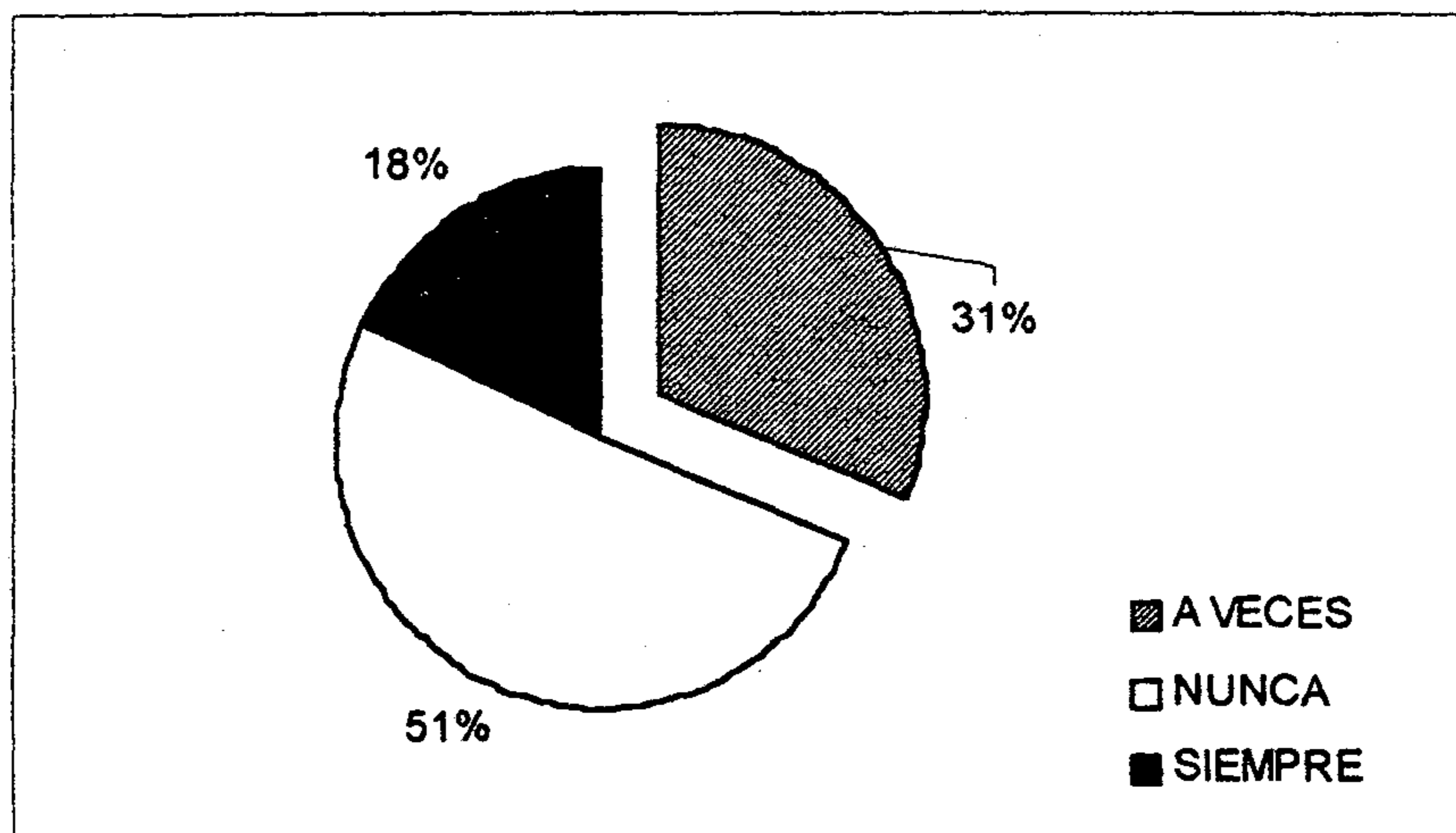
FUENTE: Encuesta alumnos municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

Se ha analizado que el 30% de los alumnos **siempre** llevan a cabo campañas de desparasitación, el 23% **a veces** y el 47% **nunca**.

7. Su maestro le ha enseñado cómo poder eliminar los piojos del cabello.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
7.1	Siempre	108	18.00
7.2	A veces	186	31.00
7.3	Nunca	306	51.00
	TOTAL	600	100.00



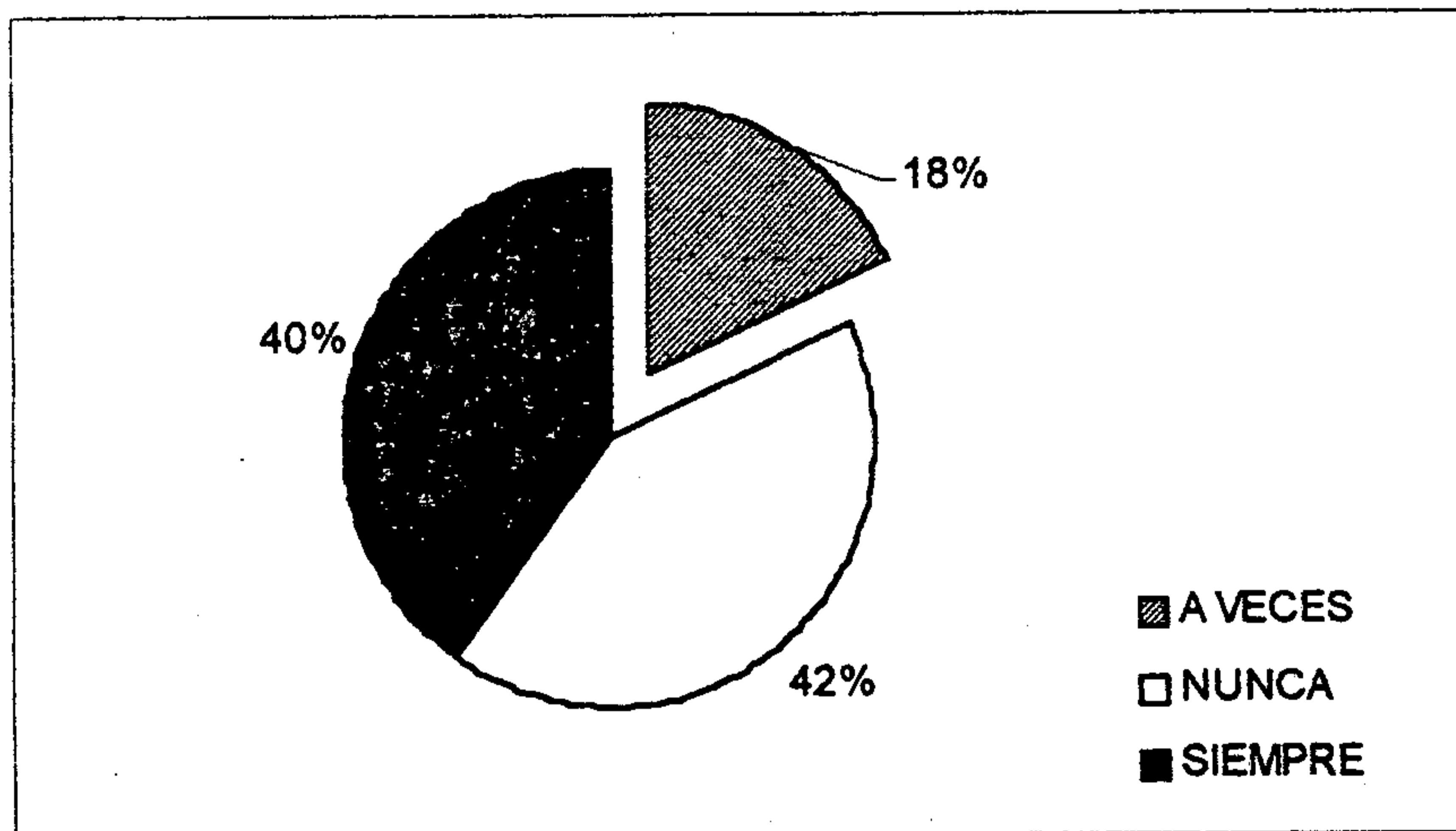
FUENTE: Encuesta alumnos municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

Se ha analizado que el 18% siempre su maestro le ha enseñado cómo poder eliminar los piojos, el 31% a veces y el 51% nunca.

8. Le ha indicado su maestro que debe portar pañuelo limpio.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
8.1	Siempre	240	40.00
8.2	A veces	108	18.00
8.3	Nunca	252	42.00
	TOTAL	600	100.00



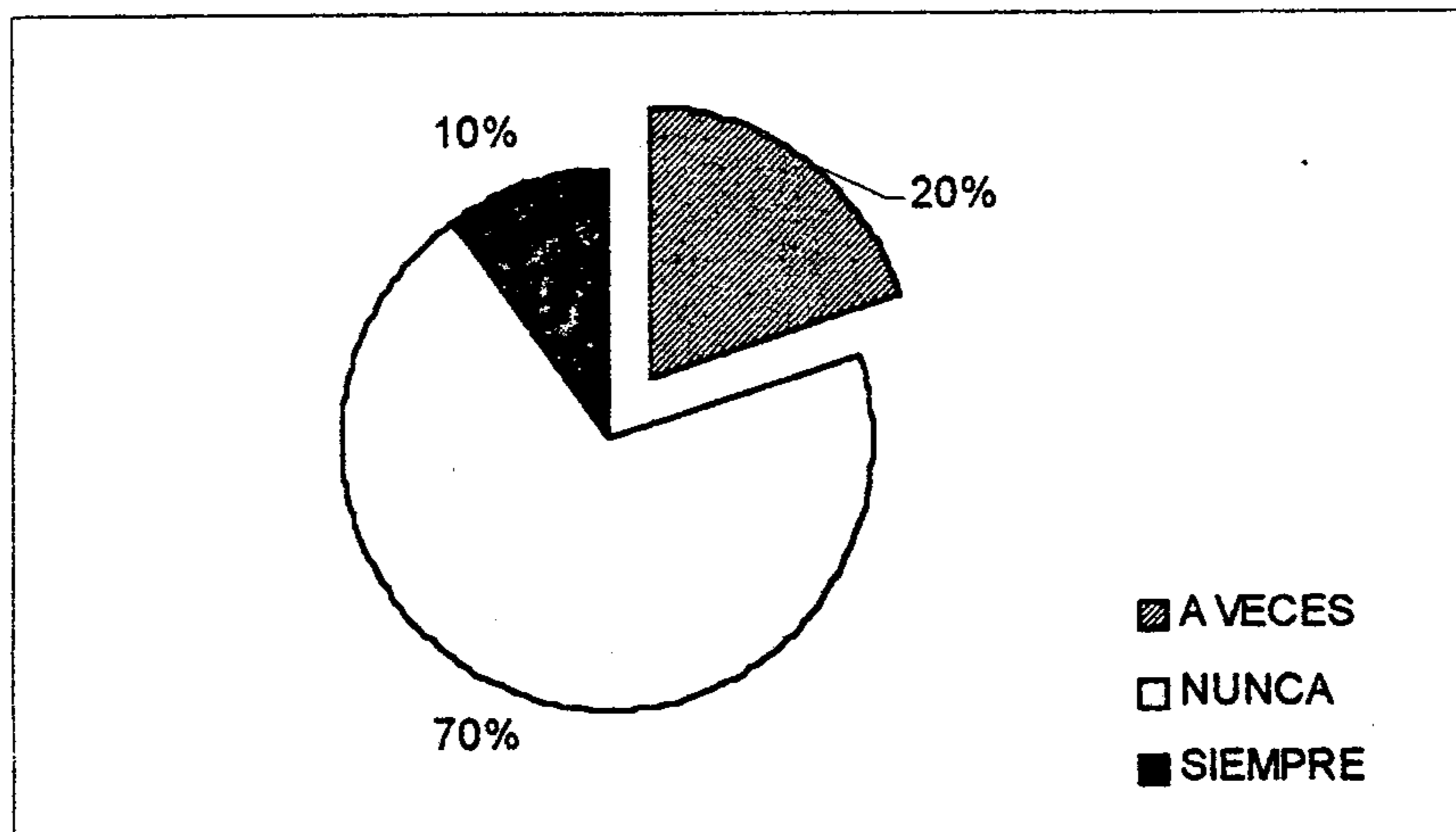
FUENTE: Encuesta alumnos municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

Se ha comprobado que el 40% siempre le ha indicado su maestro que debe portar pañuelo limpio, el 18% a veces y el 42% nunca.

9. Le revisa su maestro manos y uñas para ver si están limpias.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
9.1	Siempre	60	10.00
9.2	A veces	120	20.00
9.3	Nunca	420	70.00
	TOTAL	600	100.00



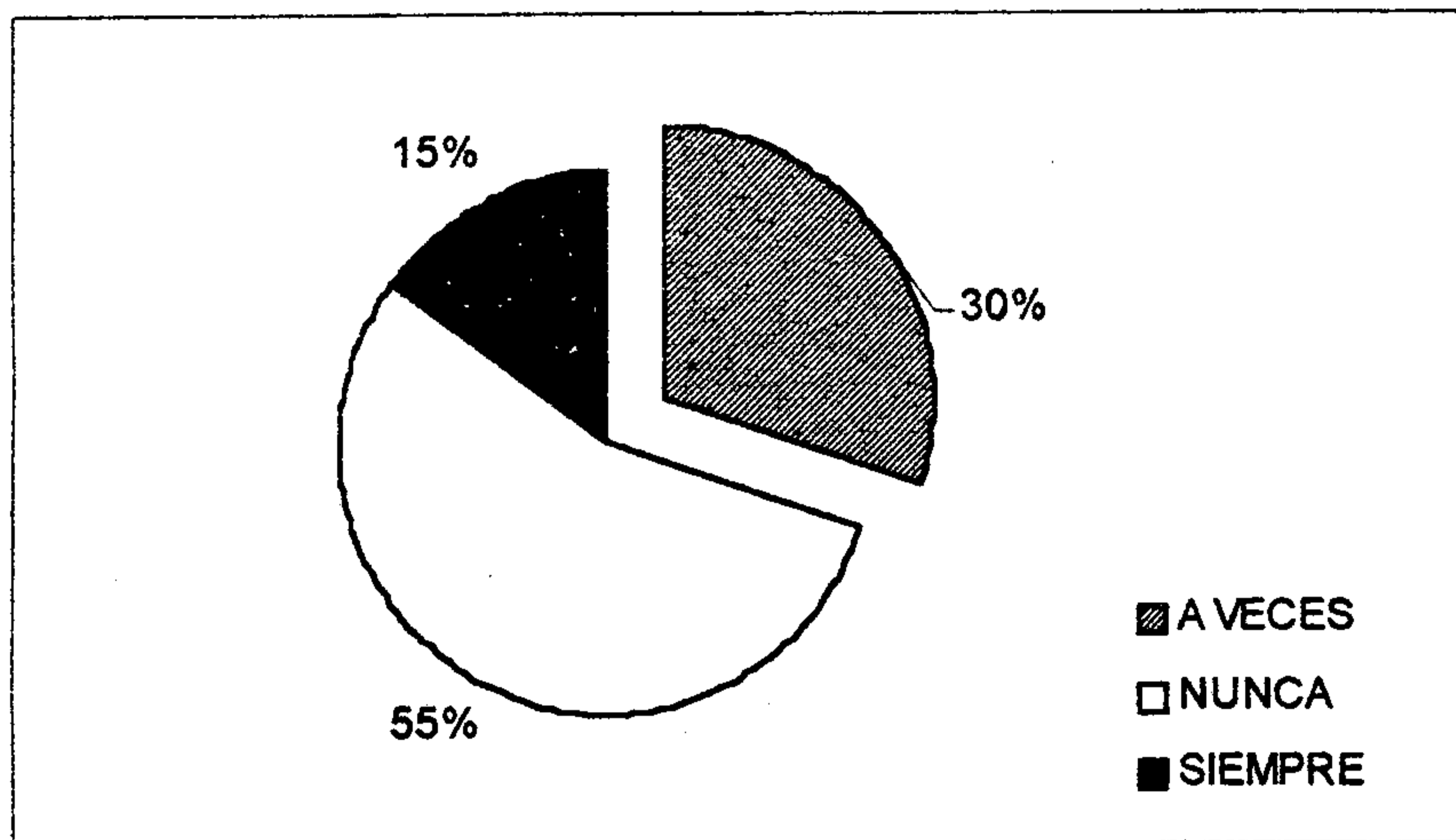
FUENTE: Encuesta alumnos municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

Se ha comprobado que el 10% **siempre** le revisa su maestro manos y uñas para ver si están limpias, el 20% **a veces** y el 70% **nunca**.

10. En su escuela mantienen limpiadores o toallas para secarse las manos.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
10.1	Siempre	90	15.00
10.2	A veces	180	30.00
10.3	Nunca	330	55.00
	TOTAL	600	100.00



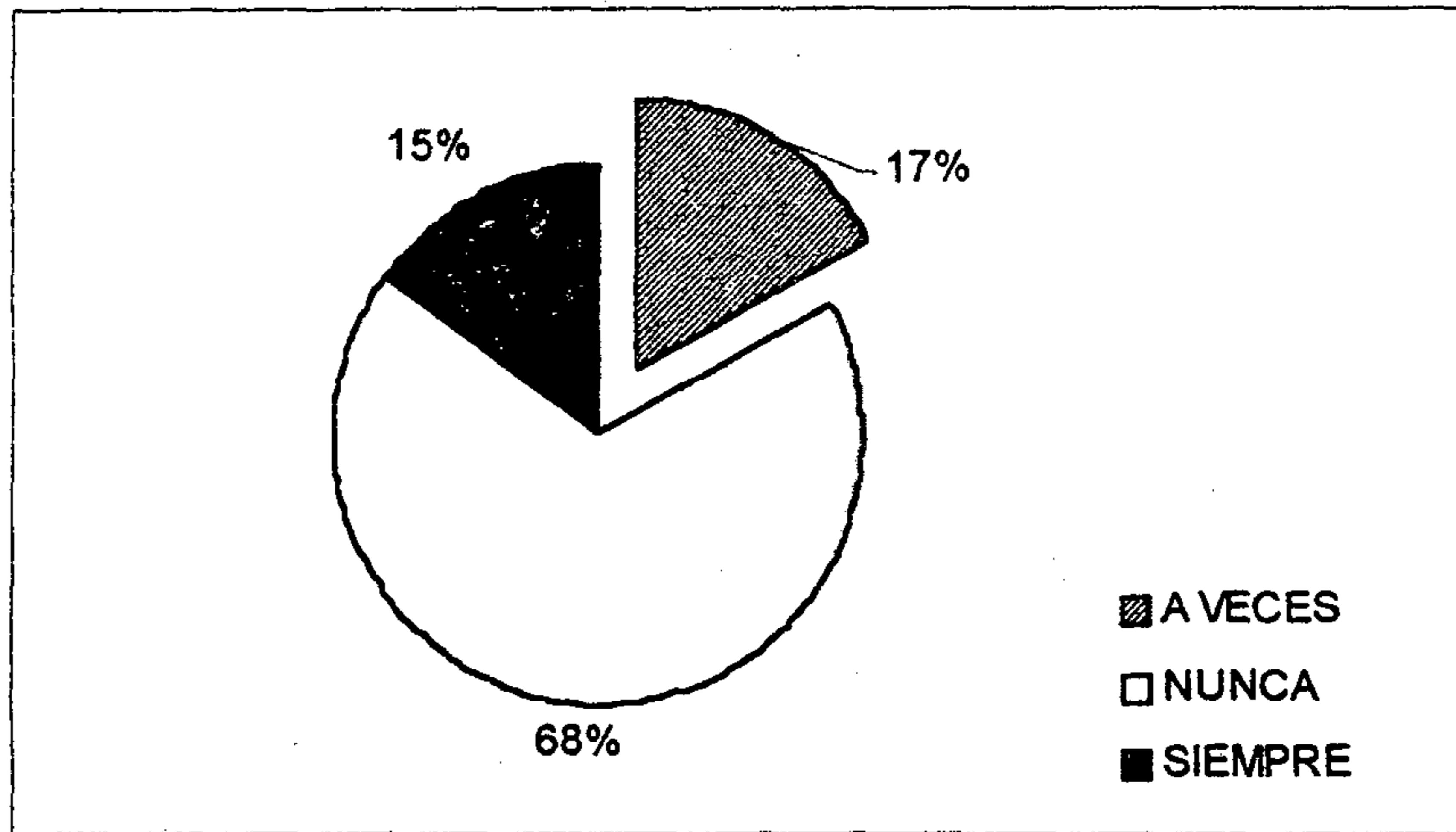
FUENTE: Encuesta alumnos municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

Se ha comprobado que el 15% **siempre** mantienen limpiadores o toallas para secarse las manos, el 30% **a veces** y el 55% **nunca**.

11. Su escuela se mantiene con olores desagradables.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
11.1	Siempre	90	15.00
11.2	A veces	102	17.00
11.3	Nunca	408	68.00
	TOTAL	600	100.00



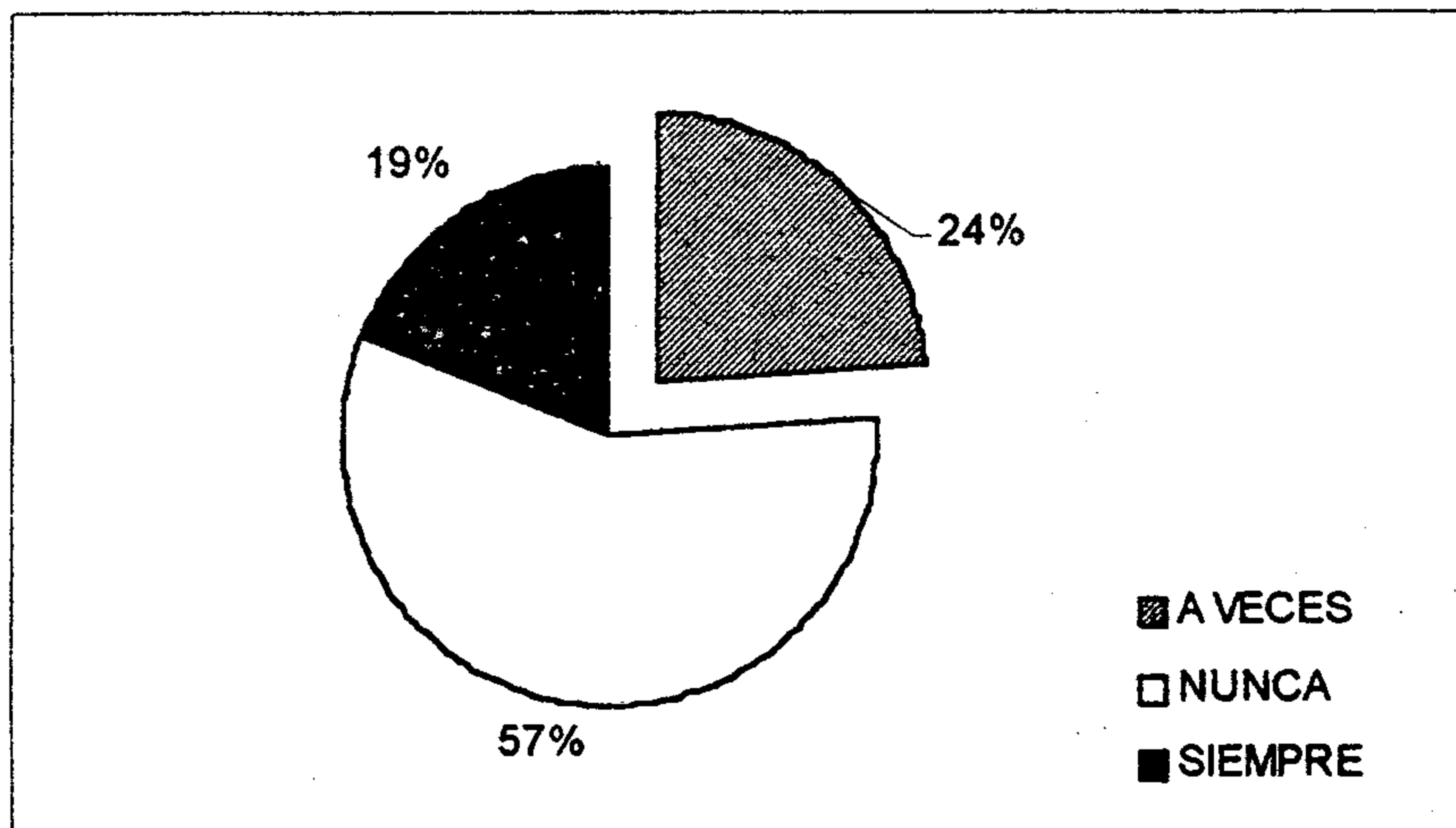
FUENTE: Encuesta alumnos municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

Se ha comprobado que el 15% de los alumnos confirma que **siempre** su escuela se mantiene con olores desagradables, el 17% **a veces** y el 68% **nunca**.

12. El agua que consume en su escuela está clorada o potabilizada.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
12.1	Siempre	114	19.00
12.2	A veces	144	24.00
12.3	Nunca	342	57.00
	TOTAL	600	100.00



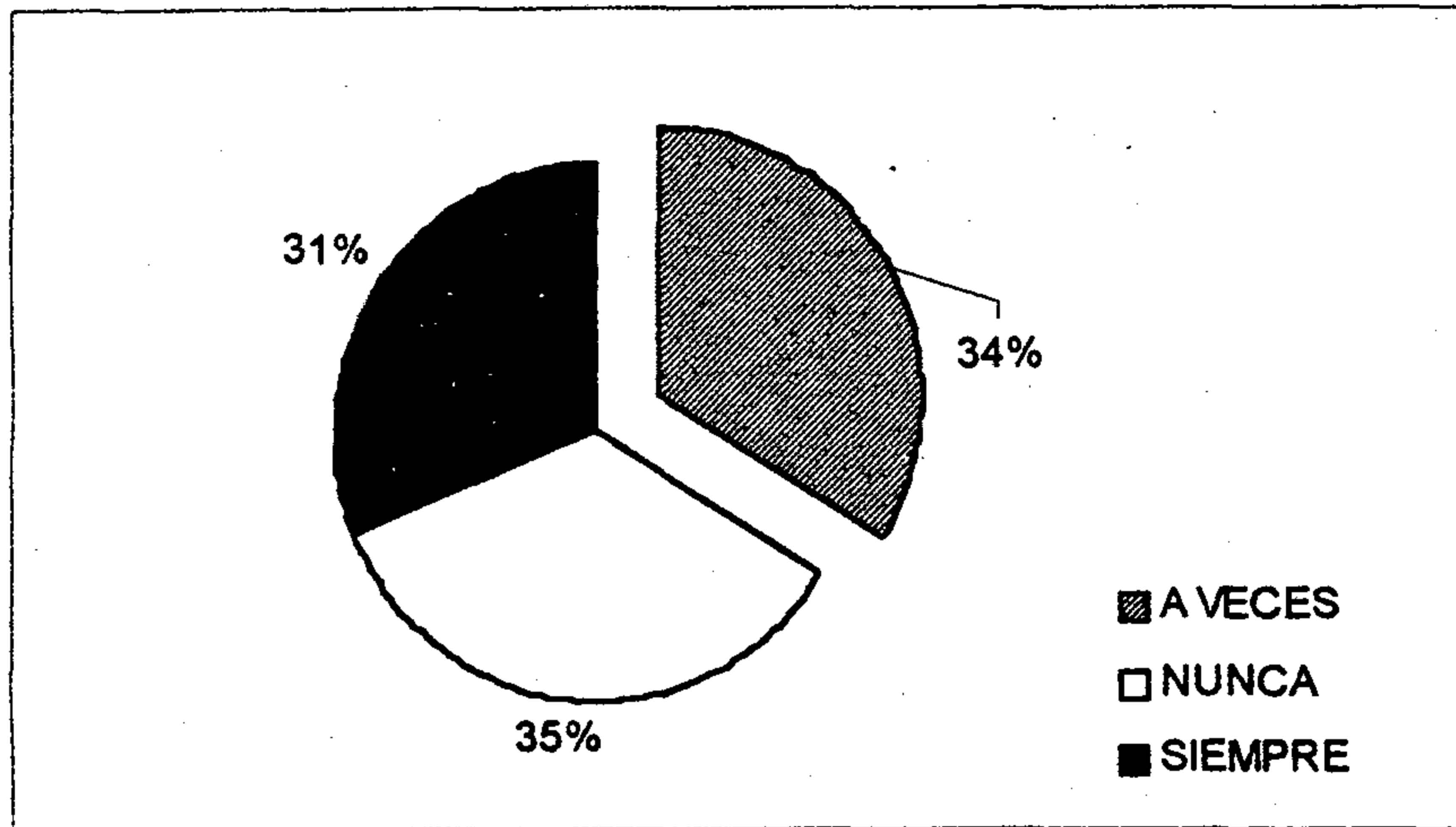
FUENTE: Encuesta alumnos municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

Se ha comprobado que el 19% de los alumnos confirman que **siempre** su escuela consume agua clorada o potabilizada, el 24% **a veces** y el 57% **nunca**.

13. Antes de refacciones se lava las manos.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
13.1	Siempre	186	31.00
13.2	A veces	204	34.00
13.3	Nunca	210	35.00
	TOTAL	600	100.00



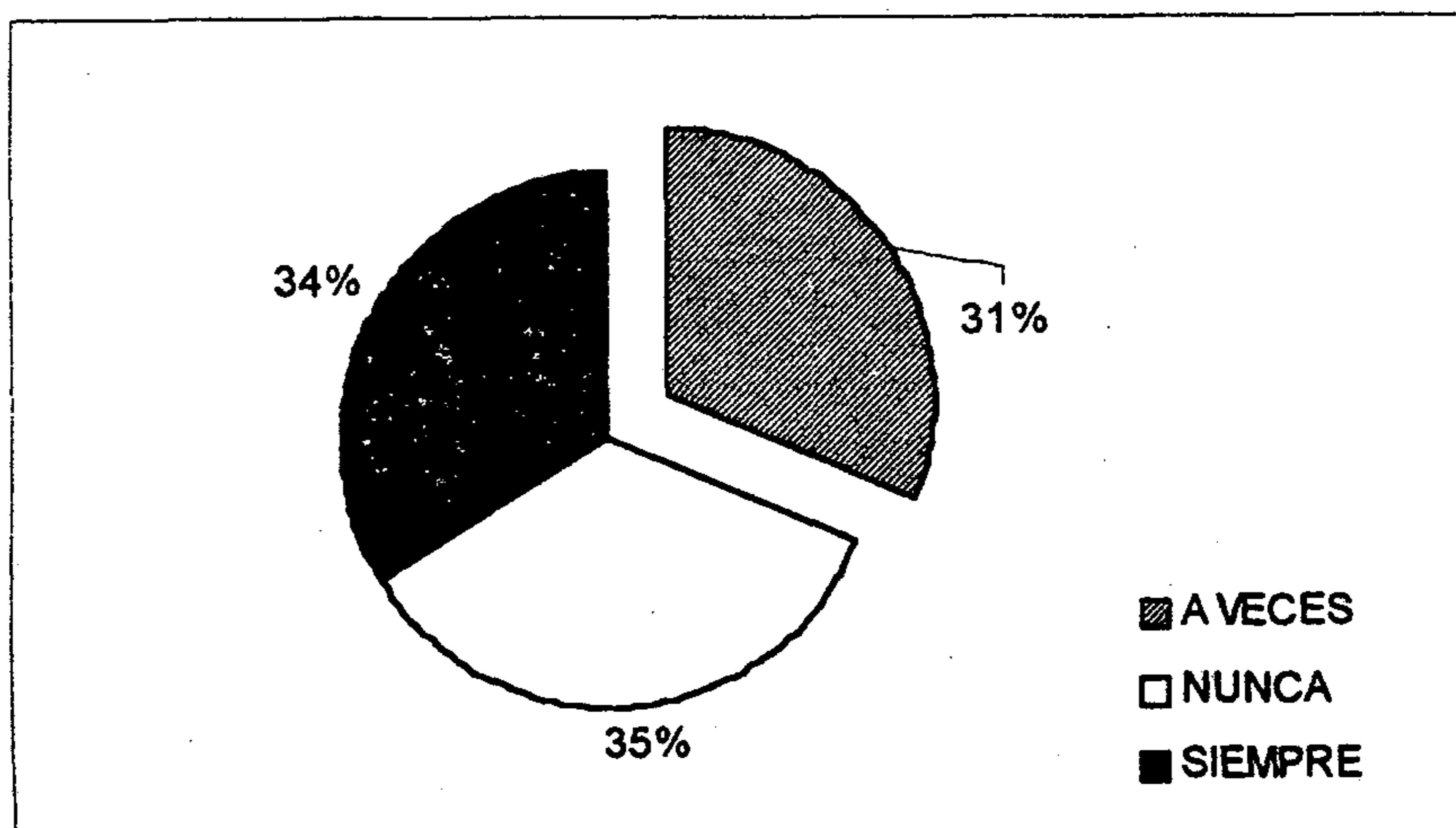
FUENTE: Encuesta alumnos municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

Se ha comprobado que el 31% de los alumnos siempre se lavan las manos antes de refaccionar, el 34% a veces y el 35% nunca.

14. Lava las frutas antes de comérselas.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
14.1	Siempre	204	34.00
14.2	A veces	186	31.00
14.3	Nunca	210	35.00
	TOTAL	600	100.00



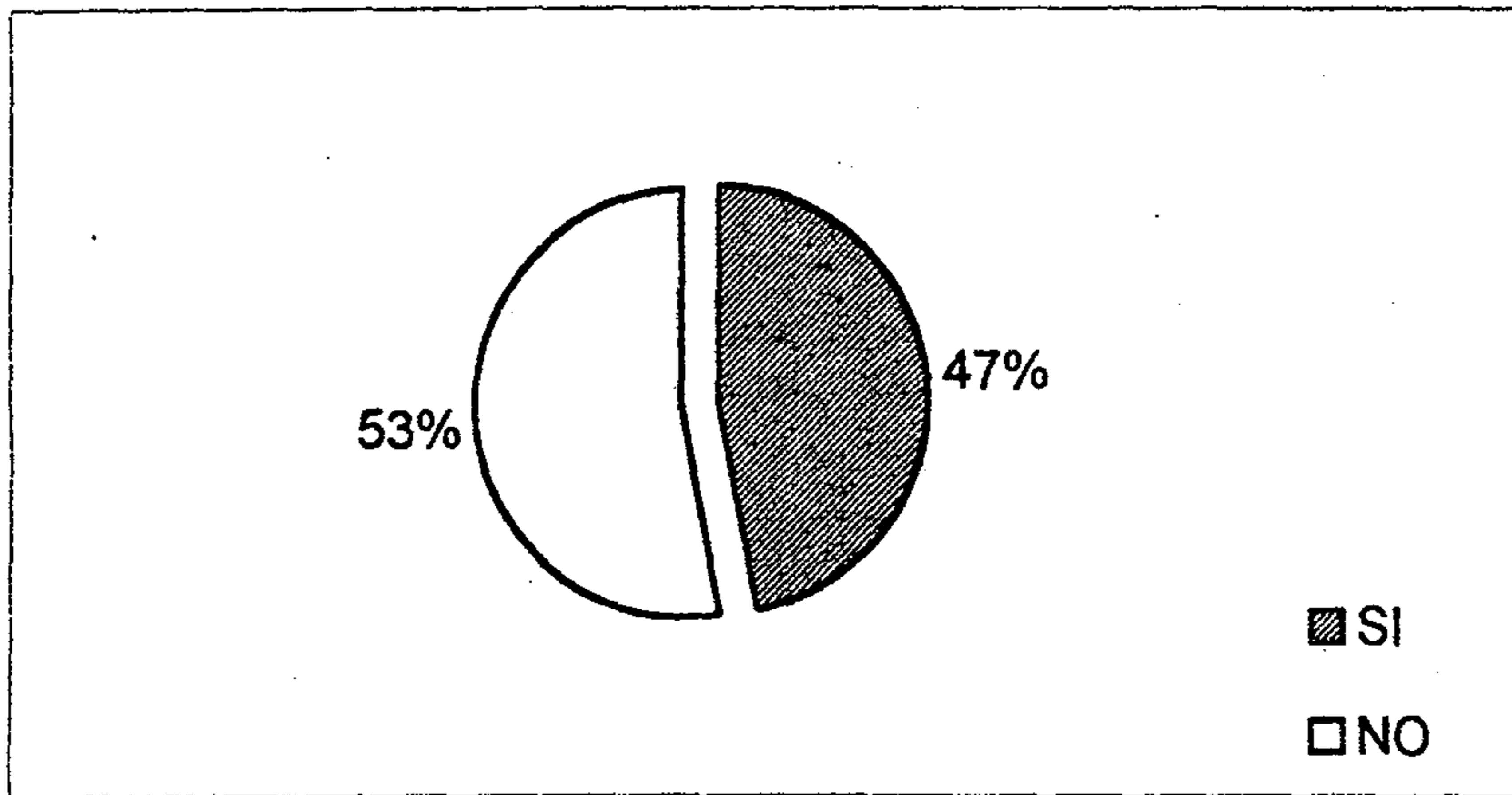
FUENTE: Encuesta alumnos municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

Se ha comprobado que el 34% de los alumnos **siempre** lavan las frutas antes de comérselas, el 31% **a veces** y el 35% **nunca**.

15. Su escuela se mantiene limpia.

No. DE ORDEN	OPCIONES	Fx	%
15.1	Si	252	42.00
15.2	No	288	48.00
	TOTAL	600	100.00



FUENTE: Encuesta alumnos municipio de San Sebastián, Retalhuleu.

INTERPRETACION:

Se ha comprobado que el 47% si tiene limpia su escuela y el 53% no la tiene.

CONCLUSIONES

1. De acuerdo con la investigación realizada, para los maestros que laboran en los establecimientos educativos oficiales del nivel primario área urbana y rural del municipio de San Sebastián, Retalhuleu, no es de vital importancia el tema de la higiene escolar, como parte del cuidado de la salud de los estudiantes a su cargo.
2. El agua que consumen los niños y la población en general no tiene el tratamiento adecuado para evitar las enfermedades gastrointestinales.
3. La enseñanza de la higiene no se hace a través de la práctica para la formación del hábito, generalmente se hace a través de la forma tradicional, a veces de textos, lecturas y consejos.
4. La escuela no implementa la práctica del hábito por lo tanto no cuenta con los instrumentos como: toallas, limpiadores, papel higiénico, etc. Para que los niños realicen su higiene escolar.
5. Las fuentes de agua para consumo humano son contaminadas por la mayoría de la población y por las empresas que botan los desechos a los ríos que sirven para el uso del agua.
6. La poca infraestructura sanitaria con que cuenta el municipio limita la higiene de los niños en el municipio.
7. La pobreza extrema, ignorancia, poca consistencia, la resistencia al cambio, falta de voluntad, etc. hacen que la población escolar carezca de completa salud.
8. El piso de las aulas de las escuelas no son lavados con desinfectantes sólo lo trapean con agua.
9. A los alumnos a veces se les inculca el hábito de la higiene por los maestros, pero los alumnos debido a su corta edad y poco sentido de reflexión descuidan el hábito de la higiene.

10. Por los pocos recursos económicos con que cuentan las escuelas no pueden mantener constantemente desinfectados los servicios sanitarios.
11. Las campañas de desparasitación son poco frecuentes en las escuelas.
12. Los alumnos en su mayoría no se lavan las manos antes de ingerir su refacción.
13. Se ha descuidado la revisión del aseo personal del alumno al entrar a clases.
14. Generalmente los alumnos del nivel primario del municipio padecen de parásitos en el cabello constantemente.
15. Por parte de la Universidad de San Carlos de Guatemala de la Facultad de Odontología en el municipio de San Sebastián se ha construido un módulo odontológico, donde atiende un cirujano dentista que ayuda a las escuelas a mejorar la dentadura de los escolares.

RECOMENDACIONES

1. Que los docentes dentro de su planificación de contenidos programáticos incluyan contenidos de educación para la higiene.
2. Como la mayoría de las escuelas carecen de agua verdaderamente potable, es necesario que los maestros cloren el agua o la hiervan para evitar enfermedades parasitarias en los alumnos.
3. Que los maestros realicen visitas domiciliarias para verificar si los alumnos reflejan prácticas de higiene dentro del hogar.
4. Con el ejemplo inculcar diariamente al niño el hábito de higiene.
5. Que los Ministerios de Educación y Salud Pública brinden asesoría permanente a los maestros para resolver problemas de salud, especialmente la higiene de los niños.
6. En lugares estratégicos colocar recipientes para el reciclaje de la basura y los mismos mantenerlos tapados para evitar la contaminación y olores fétidos.
7. Verificar siempre que los alimentos que se vendan dentro de la escuela estén elaborados higiénicamente y que la manipulación de los mismos sea adecuada.
8. Que la corporación municipal brinde a las comunidades y especialmente a la comunidad educativa agua verdaderamente potable para beneficio de la salud de los habitantes.
9. Realizar constantemente campañas de desparasitación con la colaboración de autoridades de salud, padres de familia y autoridades educativas.
10. Que los programas de salud sean prácticos; como la cloración del agua para consumo humano, vacunación, letrización en las viviendas, limpieza de aulas y patio de las escuelas.

11. Capacitar al niño sobre medidas higiénicas personales y del hogar.
12. Detectar y referir a los alumnos con enfermedades al centro de salud de la localidad.

GLOSARIO

BACTERIAS

Microorganismo vegetal.

(Fuente: Enciclopedia Diccionario SALVAT, Tomo 2, Pág. 391).

COLERA

Es una infección intestinal aguda y grave que se caracteriza por principio brusco, diarrea acuosa profusa, vómitos ocasionales, deshidratación rápida, acidosis y colapso circulatorio.

(Fuente: Manual de información y medidas prácticas. Ministerio de Salud Pública, 1,992. Pág. 6).

DESHIDRATACION

Es cuando por la diarrea el cuerpo pierde agua y otras sustancias que son importantes para el organismo.

(Fuente: Manual de Salud Escolar para el Maestro del Nivel de Educación Primaria. MINEDUC, Guatemala, 1,989. Pág. 16).

DESNUTRICION

Se define como un estado de deficiencia nutricional (energías, proteínas, vitaminas y minerales) que va desde el niño muy delgado y con peso inferior a su edad, hasta síndromes muy graves. Está condicionado por una alimentación insuficiente e inadecuada.

(Fuente: Manual de Ejes Formativos del Proceso Adecuación Curricular, MINEDUC, Guatemala, 1,988. Pág. 78).

EDUCACION

Proceso por el cual las generaciones jóvenes se apropian del lenguaje, hábitos, costumbres, actividades, conocimientos, etc.

(Fuente: Jiménez y Coria, Laureano. Organización Escolar. Editores S.A. México 1,980. Pág. 18-19).

BIBLIOGRAFIA

1. A. M. Aguayo 1,952
"Lecciones de Higiene Escolar".
Segunda Edición, Habana Cultural,
S.A.
2. Cano Recinos, Jorge, 1,995
"La Educación para la salud".
USAC, Facultad de Humanidades.
Tesis de Graduación. Guatemala.
3. Centro Multinacional de
Investigación Educativa. 1,977-
"La desnutrición y sus Efectos en el
desarrollo del niño". San José,
Costa Rica.
4. Chúa, C.
1,983
"Desnutrición, causas y
Consecuencias". San José, Costa
Rica.
5. Díaz Estrada, Lisete de los
Angeles y López Córdova,
Rosa Lucrecia,
1,991
"Condiciones Sociales de Salud del
Niño en edad escolar". USAC.
Escuela de Trabajo Social. Tesis
de Graduación, Guatemala.
6. INCAP.
1,964
Evaluación Nutricional de la
Población de C.A. y Panamá.
Oficina de Investigaciones
Internacional. Ministerio de Salud
de los seis países miembros.
Guatemala
7. INCAP.
1,983
"Recomendaciones dietéticas
diarias para C.A. y Panamá".
Guatemala.

8. Incasa J., Susana y Behar, Moisés
1,973
"Nutrición". 2a. Edición.
Interamericana, S.A. Guatemala.
9. Instituto Guatemalteco de Seguridad Social (IGSS) 1,989
Departamento de Medicina Preventiva Sección de Seguridad e Higiene y prevención de Accidentes. Guatemala.
10. Juárez Cárdenas, Rosa Amelia del Carmen
1,985
"Diagnóstico de la salud del niño en edad escolar". USAC. Facultad de Ciencias Médicas. Tesis de Graduación. Guatemala.
11. Ministerio de Educación
1,993
Legislación Educativa.
Guatemala.
12. Ministerio de Educación. FNUAP-CIEP.
1,995
Materiales de apoyo técnico de educación para docente de preprimaria y primaria. Guatemala.
13. Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. UNICEF, OPS. 1,992.
Manual de Información y Medidas Prácticas. Juntos contra el Cólera.
Guatemala
14. Nerici, Imedeo Guiseppe.
1,973
Hacia una didáctica general dinámica. Editorial Kaapelusz.
Buenos Aires, Argentina.
15. Organización Mundial de la Salud.
1,984
Alimentos, Medio Ambiente y Salud. Guía para maestros de enseñanza primaria. Ginebra.
16. Organización Mundial de la Salud.
1,989
"Educación para la Salud". Manual sobre Educación sanitaria en atención primaria de salud.
Ginebra.

17. Organización Panamericana
de la Salud.
OMS. 1,984.

La Salud oral como componente de
la atención Primaria. Informe de la
reunión del grupo de trabajo
OPS/OMS. San José, Costa Rica.

ANEXOS

ENCUESTA PARA PROFESORES
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
FACULTAD DE HUMANIDADES
EXTENSION RETALHULEU

ESTABLECIMIENTO _____
MUNICIPIO: _____ DEPARTAMENTO _____

Estimado profesor. De manera especial, sírvase responder a las interrogantes planteadas. La veracidad de sus respuestas será de valiosa ayuda para el conocimiento de la problemática educativa de nuestro municipio, para luego contribuir a posibles soluciones.

INSTRUCCIONES: Marque con una X en la línea correspondiente la respuesta correcta.

1. Ha impartido a sus alumnos pláticas sobre higiene.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
2. Ha informado a sus estudiantes cómo poder evitar la diarrea.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
3. Ha indicado a sus alumnos el hábito de cepillarse los dientes.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
4. Sus alumnos depositan la basura en su lugar.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
5. Los servicios sanitarios de su escuela se mantienen limpios y desinfectados.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
6. En su escuela ha colaborado con llevar campañas de desparasitación entre sus estudiantes.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
7. Ha colaborado con la tienda escolar a efecto que los alimentos que consuman sus alumnos sean preparados higiénicamente.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
8. Inculca el hábito entre sus alumnos para que porten pañuelo limpio.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
9. Le revisa las manos y uñas a sus alumnos al entrar a clases.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____

10. En su escuela mantienen limpiadores o toallas para uso de los alumnos.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
11. Los alrededores de su escuela se mantienen con olores desagradables.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
12. El agua que consume sus alumnos está clorada o potabilizada.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
13. Sus estudiantes se lavan las manos antes de refaccionar.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
14. Lava con sus alumnos el piso de su aula con desinfectantes.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
15. Mantiene su aula en condiciones higiénicas.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____

ENCUESTA PARA ALUMNOS
UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA
FACULTAD DE HUMANIDADES
EXTENSION RETALHULEU

ESTABLECIMIENTO _____
MUNICIPIO: _____ DEPARTAMENTO _____

Estimado alumno: De manera especial, sírvase responder a las interrogantes planteadas. La veracidad de sus respuestas será de valiosa ayuda para el conocimiento de la problemática educativa de nuestro municipio, para luego contribuir a posibles soluciones.

INSTRUCCIONES: Marque con una X en la línea correspondiente la respuesta correcta.

FASE I.

1. En la escuela ha recibido pláticas sobre higiene.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
2. En la escuela le han indicado cómo se puede evitar la diarrea.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
3. La escuela le ha indicado el hábito de cepillarse los dientes.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
4. Deposita la basura en su lugar.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
5. Los servicios sanitarios de su escuela se mantienen limpios y desinfectados.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
6. En su escuela se han llevado a cabo campañas de desparasitación.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
7. Su maestro le ha enseñado cómo poder eliminar los piojos del cabello.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
8. Le ha indicado su maestro que debe de portar pañuelo limpio.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
9. Le revisa el maestro sus manos y uñas para ver si están limpias.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
10. En su escuela mantienen limpiadores o toallas para secarse las manos.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____

11. Su escuela se mantiene con olores desagradables.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
12. El agua que consume en su escuela está clorada o potabilizada.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____
13. Antes de refaccionar se lava las manos.
Siempre _____ A veces _____ Nunca _____

FASE II

14. Lavan el piso de su escuela.
Si _____ No _____
15. Su aula siempre se mantiene limpia.
Si _____ No _____