

Antonio Esteban Pérez Dionisio

NIVEL DE CONOCIMIENTOS RELATIVOS A LOS HABITOS HIGIÉNICOS DE LOS  
ESCOLARES DEL NIVEL PRIMARIO RURAL EL MUNICIPIO DE SAN ANTONIO  
HUISTA, HUEHUETENANGO.

ASESOR: Lic. Carlos Humberto Morales de Paz



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

Guatemala, noviembre del 2002

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

Guatemala, noviembre del 2002

# INDICE DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	PAGINA
CAPITULO I	
1. MARCO CONCEPTUAL	
1.1 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA.....	01
1.2 IMPORTANCIA DE LA INVESTIGACIÓN.....	02
1.3 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	03
1.4 ALCANCES Y LIMITES DE LA INVESTIGACIÓN.....	04
CAPITULO II	
2. MARCO TEÓRICO	
2.1 CARACTERISTICAS GENERALES DEL MUNICIPIO DE INVESTIGACIÓN .....	05
2.2 CONCEPCIONES .....	06
2.2.1 Grado	
2.2.2 Salud	
2.2.3 Área rural	
2.3 LA EDUCACIÓN PREVENTIVA PARA LA SALUD E HIGIENE .....	06
2.4 LA SALUD Y LA ENSEÑANZA .....	07
2.4.1 Responsabilidad de la escuela en cuanto a la salud	
2.4.2 Fines de la enseñanza de la salud	
2.4.3 Programa escolar de sanidad	
2.5 LAS ENFERMEDADES DE LA INFANCIA Y SU PREVENCIÓN.....	10
2.5.1 La lucha contra las enfermedades infecto contagiosas	
2.5.2 Vacunas preventivas	
2.5.3 El servicio médico escolar	
2.5.4 Curso de primeros auxilios en la escuela	
2.6 HIGIENE.....	15
2.6.1 Concepto general	
2.6.2 Higiene escolar	
2.7 TIPOS DE HIGIENE.....	16
2.7.1 Higiene mental	
2.7.2 Higiene social	
2.7.3 Higiene industrial y del trabajo	
2.7.4 Higiene individual	
2.8 ENSEÑANZA DE LA HIGIENE .....	17
2.9 HIGIENE DE LA VIVIENDA.....	18
2.9.1 Orden	
2.9.2 Ventilación	
2.9.3 Distribución de habitaciones	
2.9.4 Iluminación	

2.10	HIGIENE EN LA ESCUELA .....	19
2.10.1	Organización	
2.10.2	Edificio escolar	
2.10.3	Aulas	
2.11	HIGIENE DE LOS ORGANOS DE LOS SENTIDOS.....	21
2.11.1	Sentido de la vista	
2.11.2	Sentido del oído	
2.11.3	Sentido del olfato	
2.11.4	Sentido del tacto	
2.11.5	Cuidado de la piel	
2.12	REGLAS DE HIGIENE PARA ESCOLARES.....	24
2.12.1	Higiene de la alimentación	
2.12.2	Higiene de la respiración	
2.12.3	Medidas preventivas contra enfermedades contagiosas	
2.12.4	Condiciones del vestido	
 CAPITULO III		
3.	MARCO METODOLOGICO	
3.1	OBJETIVOS.....	29
3.1.1	General	
3.1.2	Específicos	
3.2	VARIABLES.....	29
3.2.1	Definición conceptual	
3.2.2	Definición operacional	
3.2.2.1	Indicadores	
3.2.2.2	Medición	
3.3	SUJETOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	30
3.3.1	Población	
3.3.2	Muestra	
3.4	TECNICAS DE RECOPIACIÓN DE DATOS .....	32
3.5	INSTRUMENTOS O ACTIVIDADES TÉCNICAS .....	32
3.6	ANALISIS ESTADÍSTICO .....	33
 CAPITULO IV		
4.	PRESENTACIÓN DE RESULTADOS.....	34
4.1	Presentación de datos	
4.2	Interpretación de datos	
5.	CONCLUSIONES.....	61
6.	RECOMENDACIONES .....	62
7.	BIBLIOGRAFÍA .....	63
 ANEXOS		
-	Hoja de medición de indicadores.....	65
-	Modelo de encuestas .....	66

# INTRODUCCIÓN

La salud es un factor fundamental para el desarrollo pleno del ser humano por lo que la escuela debe contribuir e impartir educación para la higiene en la prevención de enfermedades.

Cuando finaliza el siglo XX en Guatemala los índices de mortalidad siguen su marcha por estar en vías de desarrollo y no contar con el dinero suficiente para realizar campañas de prevención de enfermedades y la escuela por ser una institución próxima a las comunidades rurales, esta indicada para educar sobre educación higiénica; pero por varios factores la escuela afronta problemas de enfermedades prevenibles en los alumnos.

Esta investigación tiene el propósito de establecer de que manera contribuye la educación sistemática a la formación de hábitos higiénicos de los niños escolares del nivel primario rural del municipio de San Antonio Huista, Huehuetenango. Lo complejo del área rural y las condiciones de vida de las comunidades, justifican plenamente el haber seleccionado el área para desarrollar el estudio.

La situación precaria que caracteriza a las familias que habitan el área rural del municipio en estudio y las zonas circunvecinas, hacen que sus condiciones no sean comparables con las de las áreas urbanas municipales. Departamentales o la ciudad capital que cuentan con una infraestructura adecuada para la satisfacción de las necesidades familiares mínimas, condición que ayuda a sus habitantes.

El proceso enseñanza aprendizaje en las escuelas primarias rurales con problemas de enfermedades producidas por la falta de educación higiénica, motiva la investigación de temas tales como: Educación preventiva para la salud e higiene, la salud y la enseñanza, higiene, tipos de higiene, enseñanza de la higiene, la higiene en la vivienda, la higiene en la escuela, la higiene en los órganos de los sentidos, reglas de higiene para escolares.

Se ha tratado de analizar en este documento los aspectos más fundamentales de la formación de hábitos higiénicos, distribuyéndose el material de investigación en distintos marcos, de la manera siguiente:

**CAPITULO I. MARCO CONCEPTUAL:** que comprende los antecedentes del problema, la importancia de la investigación, el planteamiento del problema y los alcances y límites de la investigación.

CAPITULO II. MARCO TEORICO: que sustenta lo teórico científico de la variable en estudio.

CAPÍTULO III. MARCO METODOLOGICO: Comprende los objetivos, variables, definición conceptual de la variable, definición operacional, indicadores y su medición, los sujetos de la investigación, las técnicas de recopilación de datos y el análisis estadístico.

CAPÍTULO IV. PRESENTACIÓN DE DATOS: que comprende la presentación e interpretación de datos.

Se encuentran también las conclusiones, recomendaciones, bibliografía y anexos en donde se encuentran los modelos de los instrumentos utilizados.

# CAPITULO I

## 1. MARCO CONCEPTUAL

### 1.1. ANTECEDENTES DEL PROBLEMA

Uno de los objetivos de la escuela primaria como institución educadora es dar a conocer y orientar sobre aspectos en la prevención de enfermedades, transmitir y formar en los alumnos hábitos de higiene, cuidados en la conservación de la salud y prevención de enfermedades por lo que:

El Ministerio de Educación en el año de 1,965 hizo entrega a todos los docentes de las escuelas primarias de Guatemala el programa de estudios conocido como Azul y Blanco; en el que contemplaba una asignatura específica para el cuidado de la salud del alumno denominada Salud y Seguridad.

En 1,979 este fue sustituido por el programa de estudios para la Educación Primaria el cual se guía con la importancia debida en la asignatura de Salud y Seguridad.

En 1,980 las Guías Curriculares de Educación Primaria escolarizada emitidas también por el Ministerio de Educación, dejan de darle la importancia necesaria a la asignatura, en virtud de que en estas guías no viene incluida la asignatura de Salud y Seguridad.

En el año 1,984 es sustituida la guía anterior y entra en vigencia la Guía Curricular del Nivel de Educación Primaria en la que se le da nuevamente la importancia a la asignatura de Salud y Seguridad, con un aspecto más que es la Educación Física.

En 1,987 y 1,991 el Ministerio de Educación por medio del Sistema Nacional de Mejoramiento y Adecuación Curricular –SIMAC- pone a disposición de los docentes las guías curriculares en las que únicamente aparecen las guías curriculares en las que únicamente aparecen objetivos generales referidos a hábitos de higiene y salud.

En los establecimientos educativos no se le ha dado la importancia necesaria al cuidado de la salud de los alumnos, permitiendo que en estos establecimientos los vendedores (as) y personas que preparan alimentos no se percatan en tomar las medidas higiénicas necesarias, lo que afecta la salud de los alumnos provocando enfermedades: como lo hace ver la Dirección General de Servicios de Salud

Departamental del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social en Huehuetenango y en donde existe el componente de vigilancia epidemiológica de enfermedades transmitidas y de acuerdo a las investigaciones realizadas en los años de 1,990 y 1,998, entre las primeras causas de mortalidad en el departamento, se encontraron las enfermedades que transmiten por la inadecuada preparación y manipulación de alimentos y falta de hábitos higiénicos, estas enfermedades son adquiridas por vía digestiva.

De acuerdo a la estadística del Centro de Salud de San Antonio Huista, Huehuetenango, en el año 2,000 se reportaron los siguientes casos atendidos.

<b>ENFERMEDADES</b>	<b>NÚMERO DE CASOS:</b>
Raquitismo .....	22
Bari – Bari.....	07
Cólera.....	05
Enfermedades diarreicas .....	78
Enfermedades agudas .....	31
Hepatitis .....	12
Fiebre tifoidea .....	42
Intoxicación alimenticia.....	21
Parasitismo intestinal .....	81
Enfermedades de la piel.....	32
Enfermedades respiratorias.....	58
Otras.....	58

## 1.2. IMPORTANCIA DE LA INVESTIGACIÓN

La salud del alumno es importante para la adquisición de conocimientos, habilidades y destrezas; es decir, una formación integral, por lo que los docentes deben darle toda la atención e importancia a la educación higiénica.

En las áreas rurales del municipio de San Antonio Huista, Huehuetenango, la población escolar se encuentra expuesta a enfermedades, tanto por falta de condiciones sanitarias mínimas como por la ausencia de una educación sistemática dirigida a la formación de estos

hábitos en el alumno y a la poca vinculación familia-escuela, contribuyendo a la población de una serie de enfermedades, especialmente gastrointestinales y de las vías respiratorias.

Lo anterior, motiva a investigar los conocimientos relacionados con hábitos higiénicos que poseen los escolares de los establecimientos del nivel primario rural.

### 1.3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La formación de hábitos higiénicos es un factor importante en el ser humano y se considera problema cuando el niño no tiene una formación adecuada en esas áreas. Por lo anterior se plantea el problema:

¿ CUAL ES EL NIVEL DE CONOCIMIENTOS RELATIVOS A LOS HABITOS HIGIÉNICOS DE LOS ESCOLARES DEL NIVEL PRIMARIO RURAL DEL MUNICIPIO DE SAN ANTONIO HUISTA, HUEHUETENANGO?

## 1.4. ALCANCES Y LIMITES DE LA INVESTIGACIÓN

### 1.4.1. ALCANCES

La presente investigación comprende: La educación preventiva para la salud e higiene, la salud y la enseñanza, las enfermedades de la infancia y su prevención, higiene, tipos de higiene, enseñanza de la higiene, higiene de la vivienda, higiene en la escuela, higiene en los órganos de los sentidos, reglas de higiene para escolares.

Sólo se tomó en cuenta la población de niños inscritos de los grados quinto y sexto del nivel primario, asimismo a directores y maestros del área rural.

### 1.4.2. LIMITES

Los resultados de esta investigación podrían generalizarse a comunidades rurales afines al municipio de San Antonio Huista, Huehuetenango. No se tomaron en cuenta factores que puedan influir en los resultados, tales como nivel socioeconómico, integración familiar, dependencia económica, otros.

GEOGRAFICO .....Área rural del municipio de San Antonio Huista, Huehuetenango.  
INSTITUCIONALES .....Escuelas del nivel primario rural.  
HUMANOS .....Directores, Maestros y Alumnos de 5°. y 6°. Grado.

## CAPÍTULO II

### 2. MARCO TEÓRICO

#### 2.1. CARACTERÍSTICAS GENERALES DEL MUNICIPIO DE INVESTIGACIÓN

“Según la leyenda de los pueblos Huistas, al principio fueron habitados por nativos provenientes de la tribu de Tula o Tulán (México). El primer pueblo que se fundó fue Xajlaj (Jacaltenango) posteriormente fueron formados: Xhiquiná (Concepción Huista) Iq'ilaj (San Antonio Huista), Axhol (Petatán), Sti'ha' (Santa Ana Huista), Wuik'u (San Andrés Huista y Nentón) y Tz'iquinte' (San Marcos Huista); así se sostiene que la palabra HUISTA, proviene del vocablo Jacalteco HUXTAJ, que significa: HERMANOS.

Posteriormente, el 11 de Octubre de 1,825, la Asamblea Federativa, decreta el circuito de Jacaltenango que incluye los pueblos ya mencionados y además: San Miguel Acatán, San Juan Ixcoy, San Sebastián Coatán, San Pedro Soloma, Santa Eulalia, San Mateo Ixtatán, Sajnabaj, Ixcacao, Pasuano, Kaj'taví, Tierra Negra y lo de Alvarado, los dos últimos, hoy día pertenecen al territorio mexicano.

La actual región de los Huista está comprendida en la parte noroccidente del departamento de Huehuetenango, República de Guatemala; conformada por los municipios de Nentón, Santa Ana Huista, San Antonio Huista, Jacaltenango y Concepción Huista.

La región mencionada limita al norte con la República México, al este con San Mateo Ixtatán, San Sebastián Coatán, San Miguel Acatán y San Juan Ixcoy; al sur con Todos Santos Cuchumatán, Santiago Chimaltenango y San Pedro Necta; al oeste con la Democracia y territorio mexicano.

SAN ANTONIO HUISTA: Fundado en el tiempo de la colonia, dependió del Curato de Jacaltenango. Su extensión territorial es de 156 kilómetros cuadrados, su altura es de 1,230 metros sobre el nivel del mar; su clima es templado.

Cuenta con cinco aldeas y 8 caseríos. Su fiesta titular es en honor a la Virgen de Guadalupe el 12 de Diciembre de cada año.

Distancia de la ciudad capital 363 kilómetros; de la cabecera departamental 108 kilómetros. Su mayor fuente de trabajo es la agricultura. Los idiomas que se hablan son: Español, Mam y Jakalteko.” ( 9-31 )

## 2.2. CONCEPCIONES

### 2.2.1. GRADO

“Nivel de cada etapa o fase de desarrollo y/o conocimiento. Igualdad, equivalencia. Nivel de vida. Valoración cuantitativa y objetiva de los medios de conocimiento de un grupo social. Grado de valoración intelectual.” (5-87)

### 2.2.2. SALUD

“Buen estado físico y mental de una persona o grupo. Estado físico bueno del organismo. Precaverse, gozar de salud. La salud ha sido concebida como un estado de bienestar físico, psíquico y social, que implica una normal funcionamiento orgánico y una adaptación biológica del individuo a su ambiente, todo lo cual le permite realizar su trabajo habitual. Es necesario concebir la salud como un proceso, esencialmente dinámico, en el cual la condición de sano y enfermo son momentos de un mismo proceso.” (4-32)

### 2.2.3. ÁREA RURAL

Es una comunidad que se encuentra lejos de las ciudades (cabeceras urbanas o municipales). Sus habitantes se dedican por lo general a la agricultura y ganadería. En su mayoría carecen de los servicios esenciales.

## 2.3. LA EDUCACIÓN PREVENTIVA PARA LA SALUD E HIGIENE

Es la educación que el maestro debe impartir a sus alumnos y que les sirve de base para que aprendan a prevenir enfermedades y tener hábitos higiénicos, lo cual beneficiarán su buen estado de salud y funcionamiento satisfactorio del organismo humano.

En el municipio de San Antonio Huista específicamente, la educación preventiva para la salud e higiene tiene muy poca participación del maestro, padres de familia e instituciones gubernamentales y no gubernamentales, debido a que los

programas de estudio o guías curriculares no contemplan temáticas específicas que incentiven su participación activa en el proceso de enseñanza aprendizaje sobre como prevenir enfermedades potencialmente prevenibles y que coadyuven en formar autoresponsabilidad en el alumno en el cuidado de la salud e higiene.

## 2.4. LA SALUD Y LA ENSEÑANZA

La Organización Mundial de la Salud define la salud como: “ un estado de completo bienestar físico, mental y social; no simplemente como la ausencia de enfermedades o dolencia” (8-15)

La enseñanza de la educación para la salud debe interesar a los maestros de las escuelas rurales del municipio de San Antonio Huista, para lograr que los niños y los jóvenes puedan crecer y desarrollarse sanos y equilibradamente hasta llegar a la edad adulta.

Este interés, acoplado al conocimiento de los problemas de la salud y a la habilidad y maestría para ayudar a los alumnos a comprenderse a sí mismos y a aprender cómo resolver los problemas sanitarios, puede implicar una fuerza vital para el mejoramiento de la salud, tanto de la actual como de las generaciones futuras.

### 2.4.1. RESPONSABILIDAD DE LA ESCUELA EN CUANTO A LA SALUD

La responsabilidad de las escuelas oficiales rurales del municipio de San Antonio Huista, en cuanto a la enseñanza de la educación para la salud debe ser compatible con las finalidades de las escuelas y sus metas educativas.

Todas las actividades que las escuelas realicen dentro del marco de cualquier programa de sanidad deben coordinarse con los esfuerzos de esa índole que se realizan en el hogar y en el seno de la comunidad.

Es responsabilidad de la escuela lograr la formación integral del alumno por lo que es indispensable enseñar a los educandos a conservar la salud.

Las escuelas deben asumir plenamente sus responsabilidades junto con otras instituciones sociales, para resolver los problemas relacionados con educación de la salud, así mismo deben preocuparse, por la vida en conjunto de los niños, así como por el medio en que viven, crecen, juegan y estudian.

“La salud como uno de los siete principios o resultados cardinales de la enseñanza deben comprender: a) salud; b) dominio de los procesos fundamentales; c) comportamiento digno en el hogar; d) vocación; e) ciudadanía; f) digna utilización del tiempo libre, y g) carácter ético. Por lo que la salud debe ocupar un lugar predominante entre las principales preocupaciones de la enseñanza.” (11-31).

#### 2.4.2. FINES DE LA ENSEÑANZA DE LA SALUD

Los fines de la enseñanza de la salud en las escuelas oficiales rurales del área rural del municipio de San Antonio Huista, no están orientados hacia la práctica de una educación de la salud; por lo que es importante que los maestros orienten en este sentido los fines para la salud, para que el alumno aprenda y practique hábitos higiénicos en el cuidado de su salud personal.

“Dentro de los fines de la enseñanza de la salud tenemos:

- a. La prevención
- b. La promoción
- c. La recuperación y
- d. La rehabilitación” (12-18)

A la vez que son fines, son acciones de salud que se deben desarrollar por la escuela y el Ministerio de Salud Pública, además por aquellas instituciones públicas y privadas que promueven y ejecutan programas de salud.

#### 2.4.3. PROGRAMA ESCOLAR DE SANIDAD

Las escuelas oficiales rurales del municipio de San Antonio Huista, no tienen programa escolar de sanidad que coadyuve en la enseñanza de la educación de la salud.

Es importante que dichas escuelas se interesen por elaborar su programa escolar de sanidad, considerando los tres aspectos siguientes que debe contener todo programa escolar de sanidad.

#### A. VIDA ESCOLAR SALUDABLE

Comprende todas las medidas para que en la escuela existan condiciones favorables para la salud y seguridad de los alumnos. Desde el punto de vista físico, habilitación segura y medios adecuados para combatir el fuego, respecto a factores de saneamiento, agua corriente, alcantarillado, instalación eléctrica, ventilación y cuidado de los víveres.

Una vida escolar saludable, desde el punto de vista social y emocional, comprende la adaptación de programas según las aptitudes de los alumnos, el desarrollo de constructivas relaciones interpersonales, organización de la jornada escolar con miras a evitar toda fatiga superflua, y consideración de las complicaciones que pueden provocar en la salud, métodos escolares tales como los exámenes, tareas domésticas y niveles según el progreso de los alumnos de grado en grado.

El proveer lo necesario para una vida escolar saludable es una importante obligación de las escuelas.

#### B. SERVICIOS ESCOLARES DE SANIDAD

Requieren el trabajo colectivo entre maestros, médicos, enfermeras, psicólogos, empleados de asistencia social, facilitadores de salud y otras personas. Esta colaboración es el medio práctico para ayudar a los alumnos a recibir los servicios médicos y dentales necesarios; adaptar los programas escolares a las necesidades de cada alumno en particular; y proporcionar los primeros auxilios cuando un alumno resulta lesionado o se siente enfermo mientras está en la escuela.

#### C. INSTRUCCIÓN SOBRE SANIDAD

“Se puede definir como el proceso mediante el cual se proporcionan conocimientos prácticos que influyen favorablemente en la comprensión, actitud y comportamiento respecto a la salud del individuo y a la comunidad.”  
(7-24)

## 2.5. LAS ENFERMEDADES DE LA INFANCIA Y SU PREVENCIÓN

Las escuelas oficiales rurales del municipio de San Antonio Huista, deben de interesarse por adquirir conocimientos sobre las enfermedades de la infancia y solicitar orientación sobre los métodos de enseñanza aprendizaje que se puedan utilizar para fortalecer la enseñanza de la educación preventiva para la salud.

“Podemos diferenciar las enfermedades de la edad escolar en dos categorías:

- a) Enfermedades propias del escolar o sea aquellas en cuya causa y desarrollo ejerce la escuela una influencia notoria; y
- b) Enfermedades concomitantes a la edad escolar en cuya causa y desarrollo no interviene la escuela como factor primordial.

En el grupo de las enfermedades propias del escolar se incluyen aquellas mórbidas que suelen calificarse como defectos o anomalías del escolar, estrechamente vinculadas con las actividades de la escuela. Mencionaremos las siguientes:

- Defectos de la refracción visual
- Sordera
- Desviaciones de la columna vertebral

En el grupo de enfermedades concomitantes a la edad escolar, mencionaremos las siguientes:

- Desnutrición
- Dermatitis parasitarias de la piel y el cuero cabelludo
- Corizas
- Adenoides
- Amigdalitis
- Caries dentales
- Adenitis cervicales

- Soplos cardiacos
- Anemia
- Tuberculosis
- Alergias
- Hernias
- Fimosis
- Parasitismo intestinal
- Defectos ortopédicos
- Enfermedades infecto contagiosas de la niñez
- Neurosis
- Otras enfermedades infecciosas.” (3-28)

#### 2.5.1. LA LUCHA CONTRA LAS ENFERMEDADES INFECTOCONTAGIOSAS

La lucha contra las enfermedades infectocontagiosas no deben ser únicamente responsabilidad de las instituciones públicas y privadas de salud, sino también debe ser responsabilidad de las escuelas oficiales rurales del municipio de San Antonio Huista, por medio de un proceso de enseñanza aprendizaje sobre una educación de la salud.

En la lucha contra las enfermedades infectocontagiosas es conveniente considerar los siguientes aspectos:

- a) El tratamiento hospitalario de las enfermedades transmisibles
- b) La disposición de la unidad
- c) El personal
- d) Las medidas profilácticas
- e) Los métodos básicos de asistencia
  - Higiene personal
  - Lavado de manos
  - Batas
  - Mascarillas
  - Gorros
  - Guantes
- f) Eliminación de secreciones y excreciones

- Secreción de nariz y garganta
- Espujo
- Heces y orina
- Agua de baño y vómitos
- g) La cocina
- h) El cuarto de servicio
  - Latas y cubos de desperdicio
  - Equipo
  - Ropa de cama
- i) El ingreso y alta de pacientes
  - Ingreso
  - Alta
  - Desinfección terminal
  - Ambulancias
  - Juguetes, libros y cartas
  - Registros
  - Visitas
- j) Los problemas especiales
  - Pacientes obstétricas
  - Pacientes quirúrgicos
  - Portadores de tifoidea
  - Radiografías
- k) La asistencia domiciliaria en las enfermedades transmisibles
- l) La esterilización y desinfección
- m) El aislamiento y cuarentena
- n) Los cultivos sistemáticos
- o) El método de credé para la oftalmia neonatal
- p) La organización social
- q) La relación del médico particular con el departamento de salubridad

La inmunización como arma para luchar contra las enfermedades transmisibles, fue empleada primeramente por Jenner en 1,798, cuando vacunó a un niño con virus de viruela humana. Al demostrar Pasteur que los microorganismos eran causa de enfermedad y que las vacunas eran agentes

profilácticos valiosos, se dio impulso al desarrollo de gran número de vacunas, toxoides y sueros que podían emplearse profilácticamente en las enfermedades transmisibles.

“Las mejoras en los elementos sanitarios ambientales, el empleo de inmunizaciones profilácticas y el uso de antibióticos en gran medida han eliminado en gran medida la cuarentena en la lucha contra las enfermedades contagiosas.”(4-44)

### 2.5.2. VACUNAS PREVENTIVAS

Las escuelas oficiales rurales del municipio de San Antonio Huista, Huehuetenango, deben de colaborar con los programas de vacunación que promueve y realiza el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, con el propósito de coadyuvar en la educación preventiva de la salud.

La inmunización pasiva puede alcanzarse en la actualidad con más facilidad con la administración de preparados de gamaglobina, vectores de anticuerpos y la inmunidad activa con vacunas vivas o muertas.

Lo que se intenta con la inmunización es evitar la enfermedad infecciosa haciendo resistente al organismo el contagio con una inmunidad activa (vacunación) o pasiva.

La importancia de conseguir inmunización suficiente en los niños durante le primer año de la vida, precisamente en una época en que la inmunidad de los lactantes es dependiente de las inmunoglobulinas transmitidas por la madre y su capacidad formadora de anticuerpos, es relativamente reducida.

Es importante alcanzar un nivel inmunitario adecuado contra la tos ferina, difteria, poliomielitis, bolutismo, varicela, cólera, influenza epidémica, grangrena gaseosa, sarampión, parotiditis, paratifoidea, peste bubónica, rabia rubéola, viruela, tétanos, tifoidea, tifus, excentemático, fiebre amarilla, etc., Por medio de la vacunación.

La elaboración de un calendario de vacunación podrá servir de pauta para dar una dosis de antígeno lo suficientemente precoces para evitar la enfermedad y además conseguir un nivel de inmunidad adecuado, de manera

que al desaparecer la inmunidad materna el niño quede suficientemente protegido.

“Un hecho importante es que las vacunas segundas y terceras que establecen la inmunidad mantengan un intervalo de al menos un mes y que se den dosis de refuerzo al final del primer año, a la entrada a la escuela y en la pubertad.” (10-105)

### 2.5.3. EL SERVICIO MEDICO ESCOLAR

Las escuelas oficiales rurales del municipio de San Antonio Huista, Huehuetenango, no cuentan con servicio médico escolar que colabore con la práctica y orientación sobre educación para la salud.

Al considerar la higiene de la escuela y del escolar, la morbilidad escolar, salta a la vista la importancia del servicio médico escolar.

Es de este servicio que deben emanar las recomendaciones necesarias para que las escuelas reúnan por lo menos un mínimo de requisitos higiénicos; este servicio debe encargarse también de la difusión de la educación higiénica entre los maestros, para que la educación sea activa, práctica y provechosa; es también atribución del servicio médico escolar la práctica de controles de salud periódica, tanto para maestros como para los alumnos; finalmente, una atribución no menos importante de este servicio es el tratar de morbilidad escolar.

“Es responsabilidad del médico escolar, enfrentarse a la morbilidad del medio escolar y tratarla adecuadamente. El médico escolar es, por consiguiente, además de un médico escolar general y médico higienista, pediatra especializado y todo ello representa un esfuerzo combinado cuya grandiosidad sólo está en proporción con su alta misión. Como auxiliares diarios del médico escolar general están los especialistas, a quienes continuamente recurre en función consultiva. Entre éstos se destacan como imprescindibles: dentistas, oculistas, ortopedistas, otorrinolaringólogos, psiquiatras pediátricos, fisiólogos.”  
(1-69)

En las escuelas oficiales rurales del nivel primario del municipio de San Antonio Huista, en cuanto a medicina escolar deben de constar con clínicas destinadas a prestar estos servicios especializados.

#### 2.5.4. CURSOS DE PRIMEROS AUXILIOS EN LA ESCUELA

Definiendo los primeros auxilios decimos que: Es la ayuda inmediata y provisional que se le presta a una persona que ha sido víctima de una enfermedad repentina o un accidente, mientras llega ayuda calificada o se le traslada a un centro asistencial.

#### EVALUACIÓN DE LA VÍCTIMA

- a) Esta evaluación nos sirve para poder verificar el estado en que se encuentra la víctima y así podemos saber que hacer para salvarle la vida.

- b) La evaluación de la víctima que realizamos a un paciente que ha sufrido un trauma o se encuentra inconsciente es distinto en el de una persona conciente o que sabemos que sufre de una emergencia médica.
- c) La evaluación se realiza por partes, en forma ordenada y descendente del cuerpo de la víctima, la cual se divide en dos partes para su mejor estudio, las cuales son:

#### “EVALUACIÓN PRIMARIA

Proceso ordenado para detectar y controlar los problemas que amenazan la vida del paciente a corto plazo.

- a) Verificar estado de conciencia
- b) Respiración
- c) Circulación
- d) Hemorragia

#### EVALUACIÓN SECUNDARIA

Proceso ordenado y sistemático para descubrir lesiones o emergencias médicas que si no se tratan pueden amenazar la vida de un paciente.

- a) Evaluación de cabeza a pies
  - Cuello
  - Cabeza
  - Tronco
  - Extremidades inferiores
  - Extremidades superiores
- b) Verificación de signos o síntomas de:
  - Quemaduras
  - Envenenamiento
  - Insolación
  - Agotamiento por el calor
  - Shock” (6-23)

## 2.6. HIGIENE

### 2.6.1. CONCEPTO GENERAL

La higiene en general, aparece como un conjunto de normas no escritas cuya práctica permite la conservación de la salud del individuo. Su aprendizaje, hasta la formación de hábitos deseados, se inicia desde la edad más temprana y depende del nivel socioeconómico y cultural de la población.

### 2.6.2. HIGIENE ESCOLAR

Burgestein en su obra Higiene Escolar (1-13) define Higiene como: “Practica sistemática que se ocupa de la conservación de la salud del individuo o de la comunidad.”

De acuerdo a ese concepto, la educación sistemática, en todos los niveles debe desarrollar programas de higiene en forma ordenada, sistemática y progresiva, dirigidos a que el alumno refuerce o adquiera, según sea el caso, los hábitos higiénicos que le permiten prevenir la enfermedad y mejorar su salud.

Los establecimientos del nivel primario, toca al maestro de clase impartir esta práctica porque es la única persona que se encuentra cerca del niño con el suficiente tiempo para poder modificar sus hábitos higiénicos y porque la educación higiénica es parte de la educación general. En la práctica solo se limita a una serie de conferencias dictadas por un grupo de personas del área de salud y en muy poca escala por personal de la educación.

La práctica de la enseñanza de higiene aporta una gran variedad de métodos que se inician desde la exposición en el aula hasta actividades encaminadas a resolver problemas y proporcionar experiencias escolares: orientación individual, paseos, etc.

## 2.7. TIPOS DE HIGIENE

Se ha definido la higiene como el conjunto de normas encaminadas a preservar, en parte, la buena salud. Como este concepto abarca muchas facetas distintas, es posible agrupar los siguientes tipos:

### 2.7.1. HIGIENE MENTAL

Es el estudio y práctica sistemática de las medidas que tienen por objeto la conservación de la salud mental, es decir para conservar en condiciones normales las funciones psíquicas del individuo, desarrollado por el profesional se inicia un examen psíquico incluyendo otros aspectos como: influencia, física, química, fisiología, cultural, educacional.

### 2.7.2. HIGIENE SOCIAL

Según el diccionario Larousse (5-87). La higiene social comprende la higiene en el aspecto sexual, las relaciones familiares, restricciones de las enfermedades que se catalogan como sociales, tales como la lepra, venéreas, etc.

### 2.7.3. HIGIENE INDUSTRIAL Y DEL TRABAJO

Incluye la práctica de conocimientos higiénicos para la conservación de la salud, en varios oficios e higiene del trabajo. Es de vital importancia por el número de personas que se ven afectadas por el desconocimiento de este tipo de normas.

### 2.7.4. HIGIENE INDIVIDUAL

Incluye las actividades y funciones de diversos órganos corporales, para prevenir enfermedades por medio de la limpieza corporal.

## 2.8. ENSEÑANZA DE LA HIGIENE

En un contexto general, en lo que se refiere a la constante observancia de reglas higiénicas en las escuelas, el maestro es quien debe asumir toda la responsabilidad ya que en nuestro medio, se carece de un médico escolar y cuando lo hay, éste no

permanece siempre en el establecimiento; de aquí la importancia que tiene para el maestro en la adquisición y dominio de algunos conocimientos de higiene escolar.

La enseñanza de la higiene será de especial utilidad para los futuros ciudadanos y debiera tener lugar desde el primero hasta el último año de la escuela y en lo posible relacionarla íntimamente con cosas y hechos concretos demostrados en la escuela, de modo que el maestro pueda ejercitarse en el uso práctico de lo que el enseña.

La instrucción no debiera limitarse únicamente a las lecciones oídas sino que se debiera hacer ejercicios y prácticas de higiene, valiéndose también de medios gráficos.

“Es importante que los estudiantes conozcan los primeros síntomas evidentes de las enfermedades contagiosas y otras anomalías que pueden presentar sus compañeros y familiares, cuyo diagnóstico temprano pueda contribuir a una recuperación más rápida” (1-118)

El maestro para la enseñanza de la higiene y la higiene escolar debiera cursar un curso de primeros auxilios.

## 2.9. HIGIENE EN LA VIVIENDA

La vivienda es el lugar donde vive nuestra familia, y por lo tanto debe mantenerse siempre bien limpia. Para una mejor protección es necesario tomar en cuenta la ventilación, iluminación y distribución de ambientes.

### 2.9.1. ORDEN

Es decir, colocar cada cosa en su respectivo lugar proporcionando mayor espacio y facilitar el trabajo y mejora el aspecto físico.

### 2.9.2. VENTILACIÓN

Es necesario que haya ventanas ubicadas e instaladas adecuadamente que permiten la buena ventilación y así evitar el contagio de alguna enfermedad.

### 2.9.3. DISTRIBUCIÓN DE HABITACIONES

Es importante que los dormitorios tengan compartimientos para evitar el contagio de enfermedades, y también para evitar el aglomeramiento de personas, animales y cosas, es necesario tener camas separadas para las personas

mayores y niños; no es conveniente que duerman juntos, y así se evitará la contaminación de cualquier enfermedad por medio de los hábitos higiénicos.

#### 2.9.4. ILUMINACIÓN

Una buena iluminación es uno de los factores importantes para mantener un ambiente en condiciones adecuadas, evitándose con ello malos olores, humedad, microbios que afectan la salud.

La luz solar es la más importante de las iluminaciones porque una buena iluminación es parte de los hábitos higiénicos.

### 2.10. HIGIENE EN LA ESCUELA

#### 2.10.1. ORGANIZACIÓN

La organización escolar tiene técnicas que permiten hacer investigaciones para mejorar las estructuras y los procedimientos, en el hecho educativo en el que intervienen factores como biológicos, el ambiente físico, el clima de la región y todo lo que rodea.

La higiene y la organización escolar se interesa en establecer las condiciones pedagógicas necesarias para la formación integral del niño.

La organización escolar y la higiene para su buen funcionamiento toman en cuenta, el edificio y el aula.

#### 2.10.2. EDIFICIO ESCOLAR

De lo que se refiere al edificio escolar, no es necesario pensar en edificios suntuosos para dedicarse a la labor educativa, pero si en instalaciones que reúnan las condiciones de solidez y amplitud, también deberá tomarse en cuenta que la ubicación del mismo, esté en el lugar apropiado para los edificios escolares y la población escolar, planificando los centros educativos amplios y lejos del perímetro del centro de la ciudad, para evitar el ruido y la contaminación ambiental que perjudiquen a los escolares destruyéndolos y restándoles atención a las tareas. Se deberá

tomar en cuenta la ubicación para llenar los requisitos de higiene y otros de orden pedagógico y económico, que se describen a continuación.

Según la obra Planteamiento de la educación sanitaria en las escuelas emitido por la UNESCO, se tiene que ubicar el edificio escolar al aire libre, ambiente natural del niño, es decir, que se encuentre en contacto con la naturaleza. En cualquier parte que se decida construir un edificio escolar, se debe seleccionar el terreno donde haya buena corrientes de aire puro sin dañar la higiene del educando.

Además, donde la escuela se ubica, debe estar libre de humedad, ser terreno firme, especialmente en nuestro país que está situado en una región expuesta a sismos e inundaciones, evitando así hundimientos y desastres.

Siendo la educación una función social tiene que evolucionar a la par de la sociedad. Hoy antes que todo, la higiene y la felicidad del niño son la primera consideración que se hace al tratar de conseguir un edificio escolar.

Por eso la arquitectura escolar rama relativamente nueva de la ingeniería, se esfuerza por tratar y dotar a las construcciones escolares suficiente luz y crear un ambiente de placer para el niño.

### 2.10.3. AULA

Toda escuela por sencilla que sea, debe reunir ciertos requisitos mínimos de higiene.

La técnica actual para dirigir el proceso del aprendizaje no es la misma que la utilizada anteriormente para enseñar, pero la escuela sigue siendo la agencia educadora adecuada, dentro de la cual el ambiente físico es de particular importancia.

Burgestein en su obra anteriormente mencionada dice:

“Se calcula para cada alumno una superficie de un metro cincuenta centímetros cúbicos”.

De manera que si las paredes tienen cuatro metros de alto es que la altura máxima aconsejable, la superficie debe ser cincuenta o sesenta metros para tener las dimensiones ideales para un grupo de cuarenta alumnos que sería el máximo aceptado para el proceso educativo.

## 2.11. HIGIENE DE LOS ORGANOS DE LOS SENTIDOS

Con estos órganos se percibe y establece comunicación con el mundo, he aquí la importancia de fomentar los hábitos higiénicos a través de una adecuada estimulación de los mismo para lograr un eficiente desarrollo físico mental del niño. Por lo tanto, para una vida sana y satisfactoria es necesario que el niño pueda ver, oír, percibir las distintas aromas, sentir y expresar correctamente lo que le afecta. El hecho de adquirir hábitos higiénicos que contribuyan a ello, requiere su constante aplicación.

Los sentidos que conllevan a lograr esta evitación, se describen a continuación:

### 2.11.1. SENTIDO DE LA VISTA

El sentido de la vista radica en los ojos, órganos externos que se encuentran protegidos por los párpados y la pestañas que evitan la entrada de partículas que los pueden molestar o lastimar; ciertas prácticas higiénicas ayudan a proteger los ojos.

- a) Leer con luz de suficiente intensidad y manteniendo la distancia.
- b) Para leer, escribir, dibujar o coser, es necesario que la fuente de la luz esté colocada al lado izquierdo.
- c) No leer ni escribir a pleno sol.

- d) Usar siempre tinta negra, las de color pueden afectar la visión.
- e) Mantener la postura correcta, de lo contrario puede afectar, no solo la vista si no también la salud.
- f) El escritorio debe ser adecuado a la talla del alumno.
- g) La muestra o el libro que sirve para copiar una lección, se debe colocar al frente y no al lado izquierdo como se acostumbra.

Si hay necesidad de tocar los ojos, lavarse las manos y usar pañuelo o paño limpio. No colocar gotas, ni usar anteojos de sol si no han sido indicados por el oculista, a quien se debe consultar ante cualquier duda. Debajo del agua no es conveniente tener los ojos abiertos. Al penetrar un cuerpo extraño aplicar técnicas adecuados, y evitar el frotamiento.

#### 2.11.2. SENTIDO DEL OIDO

Se ubica en los órganos del mismo nombre, estos se protegen evitando los ruidos excesivos, como la música en un volumen muy alto; no se deben introducir elementos duros o con punta en los mismos.

Cuando el frío es muy intenso, conviene cubrirlos con gorras, bufandas, etc. Es importante también mantenerlos escrupulosamente limpios, lavar las orejas con agua y jabón. El conducto auditivo externo debe limpiarse periódicamente para extraer el cerumen que se acumula en él. Para hacer esta operación basta con envolverse la punta del dedo meñique en un paño fino y húmedo, cuidándose mucho de introducir profundamente algún cuerpo punzante. Cuidar el oído y evitar lo posible al exponerse a ruidos muy fuertes como cañonazos, por ejemplo: si no se puede escapar al ruido a su debido tiempo procurar abrir la boca para aminorar la presión sobre el tímpano. No se debe saltar ni efectuar sacudidas muy bruscas dentro del agua, porque podría repercutir en el oído.

Al penetrar algún cuerpo extraño en el oído no se debe intentar sacar con las manos, se debe acudir inmediatamente al médico.

### 2.11.3. SENTIDO DEL OLFATO

La nariz es el lugar de residencia del órgano del olfato, su interior está recubierto por mucosa húmeda y muy irrigada, que posee pelitos o cilias. El aire penetra por las fosas nasales, se humedece y entibia en contacto con la mucosa y entibia la misma y deja a nivel de cilias algunas partículas de polvo, de este modo llega a los pulmones más húmedo, caliente y limpio, así como mayor cantidad de oxígeno.

Es recomendable mantener siempre limpias las fosas nasales y sonarse adecuadamente; para tener respiración eficiente.

### 2.11.4. SENTIDO DEL TACTO

El sentido del tacto reside en la piel que cubre todo el cuerpo y le sirve al hombre como barrera de protección; a través de ella se reconoce distintas temperaturas y texturas; el polvo del ambiente, la transpiración y otros factores alteran su aspecto y olor, un buen baño con agua y jabón y el posterior secado es la mejor manera de mantener sana y limpia la piel. Es aconsejable evitar que la piel entre en contacto con productos que puedan irritarla o lastimarla. En caso de tener que manipular detergentes abrasivos, ácidos, etc., deben protegerse las manos mediante el uso de guantes.

En la adolescencia es frecuente la aparición de acné (barros, espinillas). La piel en estos casos requiere cuidado especial, principalmente debe cuidarse de no tocar ni apretar los granitos y consultar con el médico acerca de qué productos utilizar para la higiene de la zona afectada.

Conviene someterse a un régimen alimenticio, evitando grasas, cremas, chocolates.

#### 2.11.5. CUIDADO DE LA PIEL

Se recomienda los baños a toda persona sana, no se debe bañar si no se siente bien, no entrar en el agua rápidamente y hacer mucho movimiento en el momento del baño.

No quedarse en el agua hasta el punto del llegar a sentir frío, diez a quince minutos bastan, la toalla debe ser personal y no se debe de prestar a ninguno, no exponerse a las corrientes de aire cuando se esta sudando.

#### 2.12. REGLAS DE HIGIENE PARA ESCOLARES

Burgestein (1-119) se refiere a las reglas de higiene para escolares de la siguiente manera.

##### 2.12.1. HIGIENE DE LA ALIMENTACIÓN

Tiene como propósito establecer ciertas condiciones para que los escolares se puedan desarrollar en su plenitud física y mental en el ambiente de la escuela entre ellos.

La alimentación es uno de los aspectos menos atendidos de la educación higiénica. Los niños de las familias económicamente modestas se encuentra, por lo general, deficientemente nutridos, por lo que su desarrollo físico es inferior al de los niños de familias pudientes, pero aún la alimentación no es algunas veces satisfactoria, por el desconocimiento del valor nutritivo de los alimentos. En este sentido, una de las misiones de la educación higiénica es orientar a los padres de familia sobre la dieta más conveniente para los niños, sobre todo el consumo de leche, frutas, verduras y en general sobre los alimentos provistos de las vitaminas y otras sustancias nutritivas necesarias para el niño.

Esta dieta puede hacerse bien en reuniones periódicas de las familias o bien por instrucciones escritas. La escuela ofrece el alimento complementario que necesita por medio de las instituciones sociales pertinentes

correspondientes; pero no se lleva un control periódico del peso y la talla de los niños que pudiera realizar el mismo maestro, dejando para los auxiliares y médicos escolares la inspección específica del desarrollo físico y solamente en forma eventual, como parte de programas especiales.

Hombres, mujeres y niños necesitan de los alimentos para recuperar fuerzas para trabajar, crecer y estudiar. En los lugares donde existen comedores infantiles, se debe tener presente que, para la preparación y consumo de los alimentos, se deben lavar correctamente las manos con agua y jabón.

Los alimentos deben lavarse y cocerse, los trastos deben estar limpios si existen animales domésticos deben encontrarse fuera o retirados del lugar o comedor.

En resumen, no se debe comer en exceso, se debe procurar comer despacio, masticar bien los alimentos, no comer muchas golosinas, alimentos crudos, ni frutas verdes.

No colocar en la boca agujas, alfileres, botones, ni objetos fáciles de tragar.

No tomar agua fría cuando se encuentre sofocado, beber poco durante las comidas. No tomar café ni té muy cargados.

#### 2.12.2. HIGIENE DE LA RESPIRACIÓN

Para la higiene de la respiración, se recomienda:

- a) Respirar siempre por la nariz. Recordarse de que es conveniente dilatar bien los pulmones, por esa razón se debe respirar profundamente.
- b) Hacer ejercicios al aire libre y ventilar bien muy a menudo el dormitorio. La respiración o función se divide en dos aspectos:
- c) No permanecer mucho tiempo donde exista aire viciado.
- d) Limpiar bien el calzado sucio de barro antes de entrar en cualquier habitación o salas de clase de la escuela.
- e) No escupir en el suelo.

- f) No hablar ni abrir la boca cuando se pase de un lugar templado a otro frío, sobre todo si se encuentra fatigado o se ha hablado mucho o cantado en exceso.

### 2.12.3. EJERCICIOS

La actividad física de los alumnos se rige específicamente por la llamada “Educación Física”. Los directores de esta actividad consideran los siguientes objetivos:

- a) Contribuir al desarrollo de la fuerza y la resistencia.
- b) Fomentar la acción o las actividades musculares intensas, y adquirir el hábito de practicar regularmente ejercicios físicos.
- c) Fomentar la adquisición de actitudes especiales.
- d) Corregir los efectos marcados por la postura, por medio del tratamiento individual de los niños.
- e) Contribuir al progreso de la higiene mental y a la formación de la personalidad y el carácter.
- f) Proporcionar recreo durante las horas de trabajo. El valor educativo de la cultura física, aunque no contribuyera en gran proporción a conservar la salud, tendría siempre gran mérito por si misma. La educación física y educación higiénica se complementan una a otra, pero no son idénticas y ninguna puede reemplazar a la otra.

En la escuela primaria generalmente es el maestro de clase quien imparte la educación física, bajo la supervisión del director; algunas escuelas emplean

maestros de educación física desde los grados elementales. “Los médicos y educadores han expresado su opinión de que no conviene a los niños participar en juegos donde la competencia sea muy intensa, se ha objetado los deportes de torneos estatales y nacionales, así como los deportes en los que hay contacto corporal como el fútbol y el boxeo los que se juegan para niños menores de doce años.

Es difícil en esas circunstancias evitar un exceso de tensión emocional y el peligro de una lesión física. Hay que apreciar y practicar la valoración de la salud de cada niño, la identificación de los alumnos físicamente subdesarrollados mediante pruebas de fuerza, agilidad y flexibilidad. Proceder al reforzamiento del desarrollo físico durante quince minutos de ejercicios y actividades encauzadas a ese fin, y que forma parte del programa de educación física.” (1-183)

Se debe contraer la obligación de hacer muchos ejercicios físicos y trabajos al aire libre.

No exagerar estos ejercicios físicos hasta el punto que produzca fatiga, no hacer ningún ejercicio físico después de las comidas. Hay ciertos ejercicios físicos que desarrollan perfectamente las funciones respiratorias, la circulación de la sangre, el trabajo de la piel, la digestión, etc., por ejemplo: las grandes excursiones a pie en terrenos accidentados, los juegos en que hay que correr, los trabajos de jardinería, la natación, los paseos en bicicleta, etc. Los que sufren de corazón, así como anémicos no pueden hacer esta clase de ejercicios si no es con autorización del médico.

#### 2.12.4. MEDIDAS PREVENTIVAS CONTRA ENFERMEDADES CONTAGIOSAS

En el ambiente escolar, debe tenerse especial cuidado con la enfermedades infecto-contagiosas propias de la primera infancia, tales como la difteria, tétano, tos ferina, sarampión, etc., para las cuales existen formas eficaces de prevención y control.

Las medidas más comunes son:

- a) Vacunarse para prevenir enfermedades

- b) No entrar en aquellas casas donde haya una persona atacada de enfermedad contagiosa como la viruela, escarlatina, difteria, etc. Igual recomendación se hace en viviendas por las cuales ha fallecido alguna persona de una de las anteriores enfermedades.
- c) Para hojear un libro o cuaderno, no es recomendable mojarse los dedos con saliva.
- d) No dejarse vendar los ojos en juegos infantiles, con pañuelos usados de otros compañeros.
- e) No besar, ni abrazar a personas desconocidas.
- f) No acercarse mucho a las personas que tosen demasiado.
- g) No rascarse ni morderse las uñas, al sentirse indispuerto en la escuela avisar de inmediato al maestro.

#### 2.12.5. CONDICIONES DE VESTIDO

Es importante usar ropa limpia para prevención de enfermedades, así mismo es necesario proteger los pies usando zapatos para prevenir o evitar que por las plantas de los pies ingresen al cuerpo parásitos que causan enfermedades intestinales y evitar a la vez hongos.

## **CAPITULO III**

### **3. MARCO METODOLOGICO**

#### **3.1. OBJETIVO**

##### **3.1.1. GENERAL**

Determinar el grado de conocimientos relativos a los hábitos higiénicos en los escolares del nivel primario rural del municipio de San Antonio Huista, Huehuetenango.

##### **3.1.2. ESPECÍFICOS**

3.1.2.1. Determinar los conocimientos que se desarrollan relativos a los hábitos higiénicos en la vivienda de los escolares.

3.1.2.2. Determinar los conocimientos relativos a los hábitos higiénicos de los alumnos en las escuelas primarias rurales.

3.1.2.3. Determinar el nivel de conocimientos relativo a los hábitos higiénicos en los escolares del nivel primario rural del municipio de San Antonio Huista, Huehuetenango.

#### **3.2. VARIABLE**

Nivel de conocimientos relativos a los hábitos higiénicos

##### **3.2.1. DEFINICIÓN CONCEPTUAL**

Se entiende como nivel de conocimientos relativo a los hábitos higiénicos a lo que los alumnos saben y lo que debieran saber sobre esos

hábitos; así mismo lo que aprendieron y practican sobre hábitos higiénicos en su vivienda, en la escuela y reglas de higiene en general.

### 3.2.2. DEFINICIÓN OPERACIONAL

INDICADORES	MEDICIÓN
1. Hábitos higiénicos en las viviendas de los escolares.	1.1 Enseñanza de padres o encargados. 1.2 Orden 1.3 Ventilación 1.4 Habitaciones 1.5 Iluminación
2. Hábitos higiénicos de los alumnos en la escuela.	2.1 Enseñanza de maestros 2.2 Comités de higiene 2.3 Colaboración 2.4 Actividades
3. Nivel general de conocimientos relativos a los hábitos higiénicos de los escolares del nivel primario rural	3.1 Vista 3.2 Olfato 3.3 Tacto 3.4 Alimentación 3.5 Ejercicios 3.6 Vacunas 3.7 Vestido 3.8 Higiene del organismo

### 3.3. SUJETOS DE LA INVESTIGACIÓN

#### 3.3.1. POBLACIÓN

Para la presente investigación, la población esta conformada por maestros, directores y alumnos de Quinto y Sexto Grado de las escuelas oficiales rurales del municipio de San Antonio Huista, departamento de Huehuetenango.

### 3.3.2. LA MUESTRA

Para validez y confiabilidad de la investigación, la muestra es probabilística aleatoria simple de la forma siguiente:

No.	ESCUELAS OFICIALES RURALES	DIRECTORES Y MAESTROS				ALUMNOS DE QUINTO Y SEXTO GRADO			
		P	%	M	%	P	%	M	%
1	Cantón Reforma	6	100	5	83	46	100	35	76
2	Cantón Las Palmas	5	100	4	80	42	100	34	81
3	Aldea El Tablón	6	100	5	83	38	100	30	79
4	La Independencia	4	100	3	75	36	100	25	69
5	Aldea Nojoyá	6	100	5	83	44	100	35	80
6	El Pajal	4	100	3	75	36	100	30	83
7	El Coyegual	4	100	4	100	32	100	25	78
8	Ranchon Viejo	4	100	3	75	40	100	30	75
9	Los Mangalitos	4	100	4	100	42	100	30	71
10	Tabón Viejo	5	100	4	80	28	100	20	71
11	Los Cipresalitos	4	100	4	100	26	100	20	77
12	Ixmal	5	100	4	80	36	100	25	69
13	Las Galeras	4	100	4	100	33	100	25	76
14	La Estancia	4	100	4	100	32	100	25	78
15	Cajuil	4	100	4	100	34	100	26	76
16	El Chalún	5	100	4	80	42	100	35	83
17	Los Pinos	4	100	4	100	41	V	35	85
18	El Progreso	4	100	3	75	40	100	35	88
19	Yulmuc	4	100	3	75	31	100	25	81
20	Autogestión Reforma	4	100	3	75	28	100	20	71
	<b>TOTALES</b>	90		77		727		565	

## **REFERENCIAS:**

**P** = Población

**%** = Tanto por ciento

**M** = Muestra

### 3.4. TÉCNICAS DE RECOPIACIÓN DE DATOS

En la presente investigación se utilizan técnicas como un recurso para concretar efectivamente el propósito de la misma, siendo ellas las siguientes:

#### 3.4.1. INVESTIGACIÓN BIBLIOGRAFICA

En la presente investigación se utiliza para el acopio de la información y consiste en proveerse de toda documentación posible que se considere de importancia para la argumentación de la investigación.

#### 3.4.2. TÉCNICA DE LA ENCUESTA

Consiste en testimonios escritos de personas, las cuales pueden ser de opinión de datos.

#### 3.4.3. TÉCNICA DE LA ENTREVISTA

Técnica por medio de la cual se recopila la información a través del diálogo con varias personas individualmente, interrogándolas sobre aspectos importantes de la investigación.

### 3.5. INSTRUMENTO Y/O ACTIVIDADES TÉCNICAS

Con el propósito de que el proceso de investigación tenga relación directa con el problema, los instrumentos que van a permitir obtener datos serán: Encuestas, las

cuales están elaboradas en base al planteamiento del problema, el objetivo general y específicos, la variable y los indicadores y su medición. Dichos instrumentos se utilizan para Directores, Maestros y alumnos de Quinto y Sexto Grado de las escuelas oficiales rurales del municipio de San Antonio Huista, Huehuetenango (Modelo de instrumentos al final de la investigación. Anexos).

### 3.6. TRATAMIENTO DE RESULTADOS

Para que los resultados sean válidos y confiables, los datos a recolectarse se analizarán, se hará un resumen y se presentarán de la forma siguiente:

- 3.6.1. Recolección de datos
- 3.6.2. Tabulación de datos
- 3.6.3. Presentación de datos
- 3.6.4. Interpretación de datos
- 3.6.5. Análisis de datos

## CAPITULO IV

### 4. PRESENTACIÓN E INTERPRETACIÓN DE DATOS

Los datos fueron obtenidos de la maestra de 565 alumno de Quinto y Sexto grado de nivel primario rural y de 77 directores y maestros del municipio de San Antonio Huista, Huehuetenango.

### ENCUESTA DE ALUMNOS

Pregunta No. 1

¿Ha recibido explicaciones sobre hábitos higiénicos por parte de sus papás o personas encargadas?

ALTERNATIVA	ABSOLUTO	RELATIVO
ALGUNAS VECES	300	53
NUNCA	170	30
SIEMPRE	95	17
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 53% de los encuestados nos indicaron que ALGUNAS VECES han recibido explicaciones sobre hábitos higiénicos por parte de sus papás o personas encargadas, 30% NUNCA y 17% SIEMPRE han recibido explicaciones.

Pregunta No. 2

¿En tu casa todos colocan las cosas en su lugar?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
ALGUNAS VECES	312	55
SIEMPRE	168	30
NUCA	85	15
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 55% de los encuestados nos indicaron que ALGUNAS VECES en su casa todos colocan las cosas en su lugar, 30% SIEMPRE Y 15% NUNCA.

Pregunta No. 3

¿Tiene buena ventilación el cuarto donde duermes?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
NO	231	41
UN POCO	214	38
SI	120	21
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 41% de los encuestados nos indicaron que NO tiene una buena ventilación en el cuarto donde duermen, 38% UN POCO y 21% SI.

Pregunta No. 4

¿Cuántos cuartos para dormir hay en tu casa?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
2	353	62
1	162	29
3	35	6
Más de 3	15	3
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 62% de los encuestados nos indicaron que cuentan con 2 cuartos para dormir en su casa, 29% con un cuarto, 6% con 3 cuartos y 3% más de tres.

Pregunta No. 5

¿Duermes solo en la cama?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
NO	389	69
SI	123	22
NO TENGO CAMA	53	9
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 69% de los encuestados nos indicó que NO duermen solos en su cama, el 22% SI y el 9% NO TIENE CAMA.

Pregunta No. 6

¿Qué clase de iluminación nocturna hay en tu casa?

ALTERNATIVA	ABSOLUTO	RELATIVO
LAMPARA DE GAS	265	47
ENERGIA ELECTRICA	204	36
CANDELAS	84	15
OCOTE	12	2
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 47% de los encuestados nos indicaron que la clase de iluminación nocturna que hay en su casa es LAMPARA DE GAS, 35% ENERGÍA ELÉCTRICA, 15% CANDELAS y 2% OCOTE.

Pregunta No. 7

¿De qué es el piso de los cuartos y corredores en tu casa?

ALTERNATIVA	ABSOLUTO	RELATIVO
LADRILLO DE BARRO	215	38
TORTA DE CEMENTO	146	26
TIERRA	114	20
LADRILLO DE CEMENTO	90	16
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 38% de los encuestados nos indicaron que el piso de los cuartos y corredores en su casa es de LADRILLO DE BARRO, 26% TORTA DE CEMENTO, 20% TIERRA y 16% LADRILLO DE CEMENTO.

Pregunta No. 8

¿Tienen animales en tu casa?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
SI	482	85
NO	83	15
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 85% de los encuestados nos indicaron que en su casa SI tiene animales y 15% NO.

Pregunta No. 9

¿Ha recibido explicaciones sobre hábitos higiénicos de sus maestros?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
NUNCA	219	39
ALGUNAS VECES	213	38
SIEMPRE	131	23
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 39% de los encuestados nos indicaron que NUNCA han recibido explicaciones sobre hábitos higiénicos de sus maestros, 38% ALGUNAS VECES y 23% siempre.

Pregunta No. 10

¿Existe comité de higiene en su aula?

ALTERNATIVA	ABSOLUTO	RELATIVO
SI	285	50
NO	210	37
DESCONOZCO	70	13
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 50% de los encuestados nos indicaron que SI existe un comité de higiene en su aula, 37% NO y 13% DESCONOZCO.

Pregunta No. 11

¿Existe comité de higiene en tu escuela?

ALTERNATIVA	ABSOLUTO	RELATIVO
-------------	----------	----------

SI	245	44
NO	205	36
DESCONOZCO	115	20
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 44% de los encuestados nos indicaron que SI existe comité de higiene en su escuela, 36% NO y 20% DESCONOZCO.

Pregunta No. 12

¿Colabora usted con el comité de higiene de la escuela?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
SIEMPRE	310	55
ALGUNAS VECES	225	40
NUNCA	30	5
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 55% de los encuestados nos indicaron que SIEMPRE colaboran con el comité de higiene de la escuela, 40% ALGUNAS VECES, 5% NUNCA.

Pregunta No. 13

¿Hacen actividades de higiene en tu casa?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
ALGUNAS VECES	376	67
SIEMPRE	112	20
NUNCA	77	13
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 67% de los encuestados nos indicaron que ALGUNAS VECES, hacen actividades de higiene en su escuela, 20% SIEMPRE y 13% NUNCA.

Pregunta No. 14

¿Cuando entra una basurita en el ojo qué se debe hacer?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
ECHARSE AGUA	340	60
PARPADEAR	105	19
ESTRUJARSE LOS OJOS CON LA MANO	72	13
ECHARSE COLIRIO	48	8
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 60% de los encuestados nos indicaron que cuando entra una basurita en el ojo se debe ECHARSE AGUA, 19% PARPADEAR, 13% ESTRUJARSE LOS OJOS CON LA MANO y 8% ECHARSE COLIRIO.

Pregunta No. 15

Para leer bien la luz debe colocarse

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
AL LADO IZQUIERDO	248	44
ARRIBA	212	38
A LA DERECHA	105	18
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 44% de los encuestados nos indicaron que para leer bien la luz debe colocarse AL LADO IZQUIERDO, 38% ARRIBA, 18% A LA DERECHA.

Pregunta No. 16

¿Para no perjudicar el oído el radio debe sonar?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
REGULAR	291	51
BAJO	196	35
MUY ALTO	78	14
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 51% de los encuestados nos indicaron que para no perjudicar el oído el radio debe sonar REGULAR, 35% BAJO y 14% MUY ALTO.

Pregunta No. 17

¿Cuándo se trata de lavar las orejas usa?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
AGUA Y JABON	378	71
DEDOS	165	19
HISOPOS	58	10
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 71% de los encuestados nos indicaron que cuando se trata de lavar las orejas se usa AGUA Y JABON, 19% DEDOS y 10% HISOPOS.

Pregunta No. 18

¿Cada cuanto se lava la orejas?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
DIARIO	290	51
CUANDO ME BAÑO	182	33
DIAS ALTERNOS	93	16
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 51% de los encuestados nos indicaron que DIARIO se lavan las orejas, 33% CUANDO ME BAÑO, 16% DIAS ALTERNOS.

Pregunta No. 19

¿Cuanta veces debe bañarse un niño?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
UNA VEZ AL DIA	295	52
LOS SABADOS	201 20	36
TRES VECES AL DIA	51	9
DESPUÉS DE CADA COMIDA	18	3
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 52% de los encuestados nos indicaron que las veces que un niño debe bañarse es UNA VEZ AL DÍA, 36% LOS SABADOS, 9% TRES VECES AL DÍA, 3% DESPUÉS DE CADA COMIDA.

Pregunta No. 20

¿Para prevenir los malos olores usted?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
SE BAÑAN DIARIO	292	52
SE BAÑAN LOS SABADOS	205	36
USA DESODORANTE	66	12

Total	565	100
-------	-----	-----

INTERPRETACIÓN: El 52% de los encuentros nos indicaron que para prevenir los malos olores se debe BAÑAR DIARIO, 26% SE BAÑAN LOS SABADOS, 12% USAN DESODORANTE.

Pregunta No. 21

¿Se lava el cabello?

ALTERNATIVA	ABSOLUTO	RELATIVO
A DIARIO	215	38
CUANDO ME BAÑO	205 20	36
DOS VECES POR SEMANA	132	24
DIAS ALTERNOS	13	2
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 38% de los encuestados nos indicaron que se lavan el cabello A DIARIO, 35% CUANDO ME BAÑO, 24% DOS VECES POR SEMANA y 2% DIAS ALTERNOS.

Pregunta No. 22

¿Considera correcto tener cabello?

ALTERNATIVA	ABSOLUTO	RELATIVO
CORTO	394	70

LARGO	121	21
LE ES INDIFERENTE	50	9
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 70% de los encuestados nos indicaron que es correcto el tener el cabello CORTO, 21% LARGO y 9% LE ES INDIFERENTE.

Pregunta No. 23

¿Ha tenido piojos en el cabello?

ALTERNATIVA	ABSOLUTO	RELATIVO
NUNCA	541	96
ALGUNAS VECES	24	4
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 96% de los encuestados nos indicaron que NUNCA han tenido piojos en el cabello, 4% ALGUNAS VECES.

Pregunta No. 24

¿Considera tener limpias las manos?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
SIEMPRE	512	91
ALGUNAS VECES	53	9
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 91% de los encuestados nos indican que SIEMPRE tienen las manos limpias, 9% ALGUNAS VECES.

Pregunta No. 25

¿Se limpia las uñas?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
A DIARIO	272	48
DIAS ALTERNOS	214	38
DOS VECES POR SEMANA	75	14
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 48% de los encuestados nos indicaron que se limpian las uñas A DIARIO, 38% DIAS ALTERNOS y 9% DOS VECES POR SEMANA.

Pregunta No. 26

¿Se lava las manos?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
ANTES DE COMER	541	96
DESPUÉS DE COMER	24	4
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 96% de los encuestados nos indicaron que se lavan las manos ANTES DE COMER y 4% DESPUÉS DE COMER.

Pregunta No. 27

¿La mejor forma de cuidar la piel es?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
BAÑARSE CON AGUA Y JABÓN	494	87
BAÑARSE CON AGUA	60	11
BAÑARSE CON DETERGENTE	11	2
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 87% de los encuestados nos indicaron que la mejor forma de cuidar la piel es BAÑARSE CON AGUA Y JABON, 11% CON AGUA, 2% BAÑARSE CON DETERGENTE.

Pregunta No. 28

¿Lavan y cocen bien los alimentos en tu casa?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
SIEMPRE	538	95
ALGUNAS VECES	27	5
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 95% de los encuestados nos indicaron que SIEMPRE lavan y cocen bien los alimentos y 5% ALGUNAS VECES.

Pregunta No. 29

¿Tu maestro lleva control de tu peso y talla?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
NO	501	89
SI	64	11
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 89% de los encuestados nos indicaron que su maestro NO lleva control de peso y talla y 11% SI.

Pregunta No. 30

¿Cuántas veces debe cepillarse los dientes?

ALTERNATIVA	ABSOLUTO	RELATIVO
DESPUÉS DE CADA COMIDA	198	35
TRES VECES AL DÍA	195	35
UNA VEZ AL DÍA	172	30
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 35% de los encuestados nos indicaron que los dientes deben cepillarse DESPUÉS DE CADA COMIDA, 35% TRES VECES AL DÍA y 30% UNA VEZ AL DÍA.

Pregunta No. 31

¿Qué clase de calzado usa usted?

ALTERNATIVA	ABSOLUTO	RELATIVO
DE CUERO	290	52
DE PLASTICO	268	47
NO USO	7	1

Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 52% de los encuestados nos indicaron que el calzado que usa es DE CUERO, 47% DE PLASTICO y 1% NO USA.

Pregunta No. 32

¿Cuántas clases de educación física recibes por semana?

ALTERNATIVA	ABSOLUTO	RELATIVO
NO RECIBO	264	53
DOS	178	32
UNA	105	19
TRES	18	3
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 53% de los encuestados nos indicaron que NO RECIBEN clases de educación física, 32% DOS veces por semana, 19% UNA vez y 3% TRES VECES.

Pregunta No. 33

¿Ha padecido de alguna enfermedad por falta de higiene o cuidados personales?

ALTERNATIVA	ABSOLUTO	RELATIVO
NO	489	87
DESCONOZCO	52	9

SI	24	4
Total	565	100

INTERPREACIÓN: El 87% de los encuestados nos indicaron que NO ha padecido de alguna enfermedad por falta de higiene o cuidados personales, 9% DESCONOZCO y 4% SI.

Pregunta No. 34

¿Para qué sirven las vacunas?

ALTERNATIVA	ABSOLUTO	RELATIVO
PREVENIR ENFERMEDADES	346	61
CURAR ENFERMEDADES	194	35
NO LO SE	25	4
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 61% de los encuestados nos indicaron que las vacunas sirven para PREVENIR ENFERMEDADES, 35% CURAR ENFERMEDADES y 4% NO LO SE.

Pregunta No. 35

¿Se cambia de ropa interior?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
A DIARIO	314	56
DIAS ALTERNOS	122	22
CADA SEMANA	105	18
LE ES INDIFERENTE	24	4
Total	565	100

INTERPRETACIÓN: El 56% de los encuestados nos indicaron que se cambian de ropa interior A DIARIO, 22% DIAS ALTERNOS, 18% CADA SEMANA y 4% LE ES INDIFERENTE.

## **ENCUESTA A DIRECTORES Y MAESTROS**

Pregunta No. 1

¿Le han enseñado a sus alumnos hábitos higiénicos por parte de sus papás o personas encargadas?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
UN POCO	28	36
NO	21	27
SI	20	26
DESCONOZCO	8	10
Total	77	100

INTERPRETACIÓN: El 36% de los encuestados nos indicaron que se han enseñado UN POCO a sus alumnos de hábitos higiénicos por parte de sus papás o personas encargadas 27% NO, 26% SI y 10% DESCONOZCO.

Pregunta No. 2

¿Cómo es la ventilación de las habitaciones donde viven sus alumnos?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
NADA ADECUADA	36	47
DESCONOZCO	16	20
POCO ADECUADA	13	17
ADECUADA	12	16
Total	77	100

INTERPRETACIÓN: El 47% de los encuestados nos indicaron que en NADA ADECUADA es la ventilación de las habitaciones donde viven sus alumnos, 20% DESCONOZCO, 17% POCO ADECUADA, y 16% ADECUADA la ventilación.

Pregunta No. 3

Por prioridad, ¿qué clase de iluminación nocturna utiliza en sus casas los alumnos?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
LAMPARA DE GAS	32	42
CANDELAS	28	36
ENERGIA ELECTRICA	8	10
OCOTE	7	9
DESCONOZCO	2	3
Total	77	100

INTERPRETACIÓN: El 42% de los encuestados nos indicaron que la clase de iluminación nocturna utilizada en casas de sus alumnos es de LAMPARA DE GAS, 36% CANDELAS, 10% ENERGIA ELECTRICA, 9% OCOTE y 3% DESCONOZCO.

Pregunta No. 4

Por prioridad, el piso de las habitaciones y corredores en la casa de sus alumnos es:

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
DE TIERRA	41	53
LADRILLO DE BARRO	12	16
TORTA DE CEMENTO	10	13
DESCONOZCO	8	10
LADRILLO DE CEMENTO	6	8
Total	77	100

INTERPRETACIÓN: El 52% de los encuestados nos indicaron que el piso de las habitaciones y corredores en la casa de sus alumnos es DE TIERRA, 16% LADRILLO DE BARRO, 13% TORTA DE CEMENTO, 10% DESCONOZCO y 8% LADRILLO DE CEMENTO.

Pregunta No. 5

¿Existe comité de higiene en su escuela?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
SI	52	68
NO	25	32
Total	77	100

INTERPRETACIÓN: El 68% de los encuestados nos indicaron que SI existe un comité de higiene en su escuela y 32% NO.

Pregunta No. 6

¿Qué actividades realiza para la enseñanza de hábitos higiénicos en sus alumnos?

<b>No.</b>	<b>ACTIVIDADES</b>
01.	BARRIDO DE LA CLASE
02.	EXPLICACIONES
03.	ASEO PERSONAL
04.	REVISIÓN DE UÑAS Y PELO
05.	COMITÉ DE AULA
06.	OTRAS

Pregunta No. 7

¿Qué calzado es el más usado por sus alumnos?

<b>No.</b>	<b>ACTIVIDADES</b>
01.	PLÁSTICOS
02.	CUERO
03.	NO USAN
04.	CAITES

Pregunta No. 8

¿Está asignado un profesor especializado en educación física en su establecimiento?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
NO	77	100
Total	77	100

INTERPRETACIÓN: El 100% de los encuestados nos indicaron que NO hay profesor de educación física en su establecimiento.

Pregunta No. 9

¿Han llegado compañías de vacunación para prevenir enfermedades a su establecimiento o comunidad?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
NO	45	59
A VECES	18	23
SI	14	18
Total	77	100

INTERPRETACIÓN: El 59% de los encuestados nos indican que NO han llegado campañas de vacunación para prevenir enfermedades a su establecimiento o comunidad, 23% A VECES, 18% SI.

Pregunta No. 10

¿Como asisten sus alumnos a la escuela respecto a su higiene personal?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
POCO BIEN	37	48
BIEN	28	36
MUY BIEN	12	16
Total	77	100

INTERPRETACIÓN: El 48% de los encuestados nos indicaron que sus alumnos asisten a la escuela respecto a su higiene personal es POCO BIEN, 36% BIEN y 16% MUY BIEN.

Pregunta No. 11

¿Se imparte la asignatura de Salud y Seguridad a los alumnos de su establecimiento?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
NO	63	82
SI	14	18
Total	77	100

INTERPRETACIÓN: El 82% de los encuestados nos indicaron que la asignatura de salud y seguridad NO se imparte a los alumnos de su establecimiento, 18% SI.

Pregunta No. 12

¿Ha asistido en su distrito escolar a talleres sobre hábitos higiénicos?

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
NO	59	77
SI	18	23
Total	77	100

INTERPRETACIÓN: El 77% de los encuestados nos indicaron que NO han asistido en su distrito escolar a talleres sobre hábitos higiénicos, 23% SI han asistido.

Pregunta No. 13

¿Existe medico escolar en su establecimiento?

de su establecimiento.

<b>ALTERNATIVA</b>	<b>ABSOLUTO</b>	<b>RELATIVO</b>
NO	77	100

Total	77	100

INTERPRETACIÓN: El 100% de los encuestados nos indicaron que en su establecimiento NO existe médico escolar en su establecimiento.

Pregunta No. 14

¿Hay puesto de salud en su comunidad?

ALTERNATIVA	ABSOLUTO	RELATIVO
SI	48	62
NO	29	38
Total	77	100

INTERPRETACIÓN: El 62% de los encuestados nos indicaron que en su comunidad SI hay puesto de salud, 38% NO hay.

## 5. CONCLUSIONES

- 5.1. Los alumnos reciben información sobre hábitos higiénicos de padres y maestros, pero en proporciones bajas.
- 5.2. El grado de conocimiento que poseen los alumnos sobre hábitos higiénicos en sus viviendas y escuela es relativamente bajo.
- 5.3. Un número relativamente grande de alumnos informaron que no existen Comité de Higiene en su establecimiento donde estudian.
- 5.4. El grado de conocimientos de los alumnos sobre hábitos higiénicos de los sentidos es deficiente principalmente en higiene del oído, bucal y de la vista.
- 5.5. Un elevado número de alumnos informaron que su grado de conocimientos sobre reglas higiénicas es relativamente bajo en lo que se refiere a alimentación, respiración, vacunas, ejercicios y vestido.

## 6. RECOMENDACIONES

- 6.1. Es necesario y urgente que los Coordinadores Técnicos Administrativos –CTA– promuevan seminario-taller con Directores, Maestros y Padres de Familia para la elaboración de una franja curricular sobre hábitos higiénicos.
- 6.2. Promover la formación de Comités de Higiene en los establecimientos educativos que no lo tienen.
- 6.3. Promover el proceso de comunicación y participación de padres, alumnos y maestros en lo que se refiere a la conducta higiénica.
- 6.4. Es necesario que se impulse un programa activo en las escuelas, para lograr que el alumno adquiera conciencia de la importancia que tienen los hábitos higiénicos para la vida diaria y para la conservación de la salud.

## 7. BIBLIOGRAFÍA

1. Burgestein, Leo. HIGIENE ESCOLAR. Editorial Labor. Barcelona. 1,968.
2. Castro, Eleazar. EL CONTEXTO SOCIAL DE LA FAMILIA GUATEMALTECA. APROFAM. Guatemala. 1,992.
3. Cromwel, Gertrude E. LA SALUD DEL NIÑO EN RELACIÓN CON LA EDUCACIÓN. Editorial Kapelusz. Moreno 372. Buenos Aires. Segunda Edición. 1,979.
4. FAI-UNICEF-CEE. EDUCACIÓN PARA LA SALUD Y SUPERVIVENCIA INFANTIL. Impreso en Alfíl. Guatemala. 1,987.
5. García Pelayo, Ramón. DICCIONARIO LAROUSSE. México. Editorial Marsella. 1,987.
6. González F., Benjamín A. CURSO DE PRIMERO AUXILIOS BÁSICOS. Cruz Roja Guatemalteca. Segunda Edición. 1,998.
7. IGSS. GUIA CURRICULAR DE SEGURIDAD DE HIGIENE. Guatemala. 1,989.
8. Joint, Comitte On Health. EDUCACIÓN PARA LA SALUD. México. Editorial Triallas. 1,975.
9. Mérida Vásquez, César Julio. HISTORIA, GEOGRAFÍA, CULTURA, TURISTO DE HUEHUETENANGO. Guatemala. Editorial José de Pineda Ibarra. 1,984.
10. Tieche, Ricardo. GUIA DE EDUCACIÓN FAMILIAR. Madrid, España. Editorial Safaliz. 1,984.
11. Turne. PLANTEAMIENTO DE LA EDUCACIÓN SANITARIA EN LAS ESCUELAS. UNESCO. Barcelona. 1,979.
12. Sosa Ramírez, Marco Tulio. SISTEMA INTEGRAL DE ATENCIÓN EN SALUD. SIAS-. Guatemala. Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. 1,997.

## ENCUESTA PARA DIRECTORES Y MAESTROS

INSTRUCCIONES: A continuación la presente encuesta lleva como objetivo investigar el tema: NIVELES DE CONOCIMIENTOS RELATIVOS A LOS HABITOS HIGIÉNICOS EN LOS ALUMNOS DEL NIVEL PRIMARIO RURAL DEL MUNICIPIO DE SAN ANTONIO HUISTA, HUEHUETENANGO. Se plantean una serie de preguntas a las que le ruego responder colocando una X en la alternativa que considere adecuada.

1. ¿Qué es lo que hace un alumno cuando le entra una basurita en el ojo?  
Estrujarse los ojos con la mano \_\_\_\_\_  
Echarse colirio \_\_\_\_\_  
Papadear \_\_\_\_\_  
Echarse agua \_\_\_\_\_
  
2. ¿Dónde debe colocarse la luz para leer bien?  
Arriba \_\_\_\_\_  
A la derecha \_\_\_\_\_  
Al lado izquierdo \_\_\_\_\_
  
3. ¿Cómo debe de sonar el radio sus alumnos para no perjudicarlos?  
Muy alto \_\_\_\_\_  
Regular \_\_\_\_\_  
Bajo \_\_\_\_\_
  
4. ¿Qué usan sus alumnos cuando se trata de limpiar las orejas?  
Hisopos \_\_\_\_\_  
Agua y jabón \_\_\_\_\_  
Dedos \_\_\_\_\_
  
5. ¿Cada cuanto tiempo se lavan las orejas sus alumnos?  
Días alternos \_\_\_\_\_  
Diario \_\_\_\_\_  
Cuando se bañan \_\_\_\_\_  
No lo hacen \_\_\_\_\_  
Desconozco \_\_\_\_\_
  
6. ¿Cada cuanto tiempo se bañan sus alumnos?  
Una vez al día \_\_\_\_\_  
Tres veces al día \_\_\_\_\_

- Una vez por semana \_\_\_\_\_
7. ¿Qué hacen sus alumnos para prevenir los malos olores? \_\_\_\_\_  
Se bañan diario \_\_\_\_\_  
Se bañan los sábados \_\_\_\_\_  
Usan desodorantes \_\_\_\_\_  
Desconozco \_\_\_\_\_
8. ¿Cada cuanto se lavan sus alumnos el cabello? \_\_\_\_\_  
Días alternos \_\_\_\_\_  
A diario \_\_\_\_\_  
Dos veces por semana \_\_\_\_\_  
Cuando se bañan \_\_\_\_\_  
Desconozco \_\_\_\_\_
9. ¿Cómo consideran correcto sus alumnos tener el cabello? \_\_\_\_\_  
Largo \_\_\_\_\_  
Corto \_\_\_\_\_  
Les es indiferentes \_\_\_\_\_
10. ¿Cuánto se limpian las uñas sus alumnos? \_\_\_\_\_  
A diario \_\_\_\_\_  
Días alternos \_\_\_\_\_  
Dos veces por semana \_\_\_\_\_
11. ¿Cuándo se lavan sus alumnos las manos? \_\_\_\_\_  
Después de comer \_\_\_\_\_  
Antes de comer \_\_\_\_\_  
Les es indiferentes \_\_\_\_\_  
Desconozco \_\_\_\_\_
12. ¿Cuál es la mejor forma que cuidan su pie sus alumnos? \_\_\_\_\_  
Bañarse con agua y jabón \_\_\_\_\_  
Bañarse con detergente \_\_\_\_\_  
Bañarse con agua \_\_\_\_\_  
Desconozco \_\_\_\_\_
13. ¿Cuántas veces se cepillan los dientes sus alumnos al día? \_\_\_\_\_  
Una vez \_\_\_\_\_  
Dos veces \_\_\_\_\_  
Tres veces \_\_\_\_\_
14. ¿Cómo se deben sentar sus alumnos en su escritorio? \_\_\_\_\_  
Agachados \_\_\_\_\_  
Encorvados \_\_\_\_\_  
Rectos \_\_\_\_\_  
De lado \_\_\_\_\_

UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
FACULTAD DE HUMANIDADES  
LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA Y CIENCIAS  
DE LA EDUCACIÓN

**ENCUESTA A ALUMNOS DE QUINTO Y SEXTO GRADO**

INSTRUCCIONES: A continuación encontrará varias preguntas, le agradezco que lea cada una de ellas y que coloque una X sobre la línea correspondiente a la alternativa que según su criterio es la adecuada.

1. ¿Sabes como debe estar higiénicamente ordenada tu vivienda?  
Si \_\_\_\_\_  
No \_\_\_\_\_  
Un Poco \_\_\_\_\_
  
2. ¿Cuántas horas debe dormir un niño como mínimo?  
6 horas \_\_\_\_\_  
8 horas \_\_\_\_\_  
10 horas \_\_\_\_\_
  
3. ¿Sabes como debe estar higiénicamente tu habitación?  
Desordenada \_\_\_\_\_  
Arreglada \_\_\_\_\_  
Limpia \_\_\_\_\_
  
4. Cuando entra una basurita en el ojo, ¿Qué se debe hacer?  
Estrujarse los ojos con las manos \_\_\_\_\_  
Echarse colirio \_\_\_\_\_  
Parpadear \_\_\_\_\_  
Echarse agua \_\_\_\_\_
  
5. ¿Dónde debe colocarse la luz para leer bien?  
Arriba \_\_\_\_\_  
A la derecha \_\_\_\_\_  
Al lado izquierdo \_\_\_\_\_
  
6. ¿Cómo debe sonar el radio para no perjudicarlo?  
Muy alto \_\_\_\_\_  
Regular \_\_\_\_\_  
Bajo \_\_\_\_\_
  
7. ¿Qué usas cuando se trata de limpiar las orejas?  
Hisopos \_\_\_\_\_  
Agua y jabón \_\_\_\_\_  
Dedos \_\_\_\_\_

8. ¿Cada cuantos se lava las orejas?
- Días alternos \_\_\_\_\_
  - Diario \_\_\_\_\_
  - Cuando me baño \_\_\_\_\_
  - No lo hago \_\_\_\_\_
9. ¿Cuántas veces debe bañarse?
- Una vez al día \_\_\_\_\_
  - Tres veces al día \_\_\_\_\_
  - Después de cada comida \_\_\_\_\_
  - Los sábados \_\_\_\_\_
10. ¿Qué hace para prevenir los malos olores?
- Me baño diario \_\_\_\_\_
  - Me baño los sábados \_\_\_\_\_
  - Uso desodorante \_\_\_\_\_
  - Me es indiferentes \_\_\_\_\_
11. ¿Cada cuánto se lava el cabello?
- Días alternos \_\_\_\_\_
  - A diario \_\_\_\_\_
  - Dos veces por semana \_\_\_\_\_
  - Cuando me baño \_\_\_\_\_
12. ¿Cómo considera correcto tener el cabello?
- Largo \_\_\_\_\_
  - Corto \_\_\_\_\_
  - Me es indiferente \_\_\_\_\_
13. ¿Cuándo se limpia las uñas?
- A diario \_\_\_\_\_
  - Días alternos \_\_\_\_\_
  - Dos veces por semana \_\_\_\_\_
14. ¿Cuándo se lava las manos?
- Después de comer \_\_\_\_\_
  - Antes de comer \_\_\_\_\_
  - Me es indiferentes \_\_\_\_\_
15. ¿Cuál es la mejor forma de cuidar la piel?
- Bañarse con agua y jabón \_\_\_\_\_
  - Bañarse con detergente \_\_\_\_\_
  - Bañarse con agua \_\_\_\_\_

16. ¿Lavan bien los alimentos en tu casa?

Siempre

Algunas veces

Nunca

---

---

---

17. ¿Cuántas veces debes cepillarte los dientes?

Una vez al día

Dos veces al día

Tres veces al día

---

---

---

18. ¿Para que sirven la vacunas?

Prevenir enfermedades

Curar enfermedades

No lo se

---

---

---

19. ¿Cada cuánto tiempo se cambia ropa interior?

Días alternos

A diario

Cada semana

Me es indiferentes

---

---

---

---

20. ¿Cómo debe sentarse en su escritorio?

Agachado

Encorvado

Recto

De lado

---

---

---

---

# **ANEXOS**

## HOJA DE MEDICIÓN DE INDICADORES

TEMA: GRADO DE CONOCIMIENTO RELATIVOS A LOS HABITOS HIGIÉNICOS DE LOS ESCOLARES DEL NIVEL PRIMARIO RURAL DEL MUNICIPIO DE SAN ANTONIO HUISTA, HUEHUETENANGO.

VARIABLE: GRADO DE CONOCIMIENTO RELATIVO A LOS HABITOS HIGIÉNICOS.

No.	INDICADORES	MEDICIÓN
1.	Hábitos higiénicos en las viviendas.....	Preguntas de la 1 a la 8 Encuesta de alumnos.
2.	Hábitos higiénicos en la escuela.....	Preguntas de la 9 a la 13 Encuesta de alumnos.
3.	Hábitos higiénicos de los sentidos.....	Preguntas de la 14 a la 27 Encuesta de alumnos.
4.	Hábitos higiénicos de las reglas escolares.....	Preguntas de la 28 a la 36 Encuesta de alumnos.

## ENCUESTA PARA DIRECTORES Y MAESTROS

INSTRUCCIONES: A continuación la presente encuesta lleva como objetivo investigar el tema: NIVELES DE CONOCIMIENTOS RELATIVOS A LOS HABITOS HIGIÉNICOS EN LOS ALUMNOS DEL NIVEL PRIMARIO RURAL DEL MUNICIPIO DE SAN ANTONIO HUISTA, HUEHUETENANGO. Se plantean una serie de preguntas a las que le ruego responder colocando una X en la alternativa que considere adecuada.

15. ¿Qué es lo que hace un alumno cuando le entra una basurita en el ojo?
- |                                 |       |
|---------------------------------|-------|
| Estrujarse los ojos con la mano | _____ |
| Echase colirio                  | _____ |
| Parpadear                       | _____ |
| Echase agua                     | _____ |
16. ¿Dónde debe colocarse la luz para leer bien?
- |                   |       |
|-------------------|-------|
| Arriba            | _____ |
| A la derecha      | _____ |
| Al lado izquierdo | _____ |
17. ¿Cómo debe de sonar el radio sus alumnos para no perjudicarlos?
- |          |       |
|----------|-------|
| Muy alto | _____ |
| Regular  | _____ |
| Bajo     | _____ |
18. ¿Qué usan sus alumnos cuando se trata de limpiar las orejas?
- |              |       |
|--------------|-------|
| Hisopos      | _____ |
| Agua y jabón | _____ |
| Dedos        | _____ |
19. ¿Cada cuanto tiempo se lavan las orejas sus alumnos?
- |                 |       |
|-----------------|-------|
| Días alternos   | _____ |
| Diario          | _____ |
| Cuando se bañan | _____ |
| No lo hacen     | _____ |
| Desconozco      | _____ |
20. ¿Cada cuanto tiempo se bañan sus alumnos?
- |                    |       |
|--------------------|-------|
| Una vez al día     | _____ |
| Tres veces al día  | _____ |
| Una vez por semana | _____ |

21. ¿Qué hacen sus alumnos para prevenir los malos olores?
- Se bañan diario \_\_\_\_\_
  - Se bañan los sábados \_\_\_\_\_
  - Usan desodorantes \_\_\_\_\_
  - Desconozco \_\_\_\_\_
22. ¿Cada cuanto se lavan sus alumnos el cabello?
- Días alternos \_\_\_\_\_
  - A diario \_\_\_\_\_
  - Dos veces por semana \_\_\_\_\_
  - Cuando se bañan \_\_\_\_\_
  - Desconozco \_\_\_\_\_
23. ¿Cómo consideran correcto sus alumnos tener el cabello?
- Largo \_\_\_\_\_
  - Corto \_\_\_\_\_
  - Les es indiferentes \_\_\_\_\_
24. ¿Cuánto se limpian las uñas sus alumnos?
- A diario \_\_\_\_\_
  - Días alternos \_\_\_\_\_
  - Dos veces por semana \_\_\_\_\_
25. ¿Cuándo se lavan sus alumnos las manos?
- Después de comer \_\_\_\_\_
  - Antes de comer \_\_\_\_\_
  - Les es indiferentes \_\_\_\_\_
  - Desconozco \_\_\_\_\_
26. ¿Cuál es la mejor forma que cuidan su pie sus alumnos?
- Bañarse con agua y jabón \_\_\_\_\_
  - Bañarse con detergente \_\_\_\_\_
  - Bañarse con agua \_\_\_\_\_
  - Desconozco \_\_\_\_\_
27. ¿Cuántas veces se cepillan los dientes sus alumnos al día?
- Una vez \_\_\_\_\_
  - Dos veces \_\_\_\_\_
  - Tres veces \_\_\_\_\_
28. ¿Cómo se deben sentar sus alumnos en su escritorio?
- Agachados \_\_\_\_\_
  - Encorvados \_\_\_\_\_
  - Rectos \_\_\_\_\_
  - De lado \_\_\_\_\_

**ENCUESTA A ALUMNOS DE QUINTO Y SEXTO GRADO**

INSTRUCCIONES: A continuación encontrará varias preguntas, le agradezco que lea cada una de ellas y que coloque una X sobre la línea correspondiente a la alternativa que según su criterio es la adecuada.

21. ¿Sabes como debe estar higiénicamente ordenada tu vivienda?  
Si \_\_\_\_\_  
No \_\_\_\_\_  
Un Poco \_\_\_\_\_
22. ¿Cuántas horas debe dormir un niño como mínimo?  
6 horas \_\_\_\_\_  
8 horas \_\_\_\_\_  
10 horas \_\_\_\_\_
23. ¿Sabes como debe estar higiénicamente tu habitación?  
Desordenada \_\_\_\_\_  
Arreglada \_\_\_\_\_  
Limpia \_\_\_\_\_
24. Cuando entra una basurita en el ojo, ¿Qué se debe hacer?  
Estrujarse los ojos con las manos \_\_\_\_\_  
Echase colirio \_\_\_\_\_  
Parpadear \_\_\_\_\_  
Echase agua \_\_\_\_\_
25. ¿Dónde debe colocarse la luz para leer bien?  
Arriba \_\_\_\_\_  
A la derecha \_\_\_\_\_  
Al lado izquierdo \_\_\_\_\_
26. ¿Cómo debe sonar el radio para no perjudicarlo?  
Muy alto \_\_\_\_\_  
Regular \_\_\_\_\_  
Bajo \_\_\_\_\_
27. ¿Qué usas cuando se trata de limpiar las orejas?  
Hisopos \_\_\_\_\_  
Agua y jabón \_\_\_\_\_  
Dedos \_\_\_\_\_

28. ¿Cada cuantos se lava las orejas?  
Días alternos \_\_\_\_\_  
Diario \_\_\_\_\_  
Cuando me baño \_\_\_\_\_  
No lo hago \_\_\_\_\_
29. ¿Cuántas veces debe bañarse?  
Una vez al día \_\_\_\_\_  
Tres veces al día \_\_\_\_\_  
Después de cada comida \_\_\_\_\_  
Los sábados \_\_\_\_\_
30. ¿Qué hace para prevenir los malos olores?  
Me baño diario \_\_\_\_\_  
Me baño los sábados \_\_\_\_\_  
Uso desodorante \_\_\_\_\_  
Me es indiferentes \_\_\_\_\_
31. ¿Cada cuánto se lava el cabello?  
Días alternos \_\_\_\_\_  
A diario \_\_\_\_\_  
Dos veces por semana \_\_\_\_\_  
Cuando me baño \_\_\_\_\_
32. ¿Cómo considera correcto tener el cabello?  
Largo \_\_\_\_\_  
Corto \_\_\_\_\_  
Me es indiferente \_\_\_\_\_
33. ¿Cuándo se limpia las uñas?  
A diario \_\_\_\_\_  
Días alternos \_\_\_\_\_  
Dos veces por semana \_\_\_\_\_
34. ¿Cuándo se lava las manos?  
Después de comer \_\_\_\_\_  
Antes de comer \_\_\_\_\_  
Me es indiferentes \_\_\_\_\_
35. ¿Cuál es la mejor forma de cuidar la piel?  
Bañarse con agua y jabón \_\_\_\_\_  
Bañarse con detergente \_\_\_\_\_  
Bañarse con agua \_\_\_\_\_
36. ¿Lavan bien los alimentos en tu casa?  
Siempre \_\_\_\_\_  
Algunas veces \_\_\_\_\_  
Nunca \_\_\_\_\_

37. ¿Cuántas veces debes cepillarte los dientes?

Una vez al día

Dos veces al día

Tres veces al día

---

---

---

38. ¿Para que sirven la vacunas?

Prevenir enfermedades

Curar enfermedades

No lo se

---

---

---

39. ¿Cada cuánto tiempo se cambia ropa interior?

Días alternos

A diario

Cada semana

Me es indiferentes

---

---

---

---

40. ¿Cómo debe sentarse en su escritorio?

Agachado

Encorvado

Recto

De lado

---

---

---

---