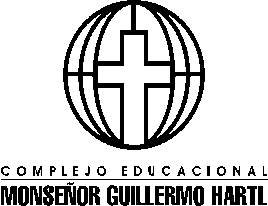
****

**MÓDULO : HIGIENE Y SEGURIDAD DE LOS PÁRVULOS**

**CURSO : 4°E**

**PROFESORA :SRTA. PAULINA GODOY PICHINAO**

**HIGIENE PERSONAL**

**Nombre:……………………………………………………………………….…… Curso: 4°E Fecha:…………...….…**

|  |  |
| --- | --- |
| **Aprendizajes Esperados** | **Indicadores de Evaluación** |
| Apoya el aseo personal de niños y niñas menores de seis años con respeto por su intimidad, de acuerdo a su necesidad y grado de autonomía, considerando orientaciones pedagógicas y normas de higiene, seguridad y prevención de riesgos, en el marco de interacciones positivas y fomento del bienestar integral. | * Identificar los tipos de higiene personal * Aplica estrategias para fomentar la higiene personal en los niños y niñas menores de 6 años. * Diseñar una pancarta sobre una Higiene personal. |
| **Instrucciones** | |
| * Queridas estudiantes, la presente guía se ha conformado con la intención de reforzar contenidos, trabajados en el Módulo de 3° medio, llamado Salud del Párvulo y continuar con nuestro módulo de 4° medio: Higiene Y Seguridad En Los Párvulos * Se les solicita, que la desarrollen de manera individual y a conciencia plena, evita transcribir textualmente, puedes apoyarte con recursos digitales y sus conocimientos previos, por lo observado en sus centros DUALES. * Procura responder cada pregunta en tu cuaderno. * La revisión y corrección del presente documento se realizará de manera presencial, ya que se requiere sociabilizar contenidos, pero no se descarta solicitar mediante foto por WhatsApp de sus avances * Cualquier consulta o duda consultar vía correo electrónico o WhatsApp, a: [godoypichinao.paulina@gmail.com](mailto:godoypichinao.paulina@gmail.com) o +56996290074 * Un cariñoso saludo en medio de esta situación que nos afecta a todos. Les insto a considerar todas las precauciones necesarias, para así, pronto poder vernos y continuar formándonos en la higiene y prevención de accidentes en los Jardines Infantiles. | |

***Higiene es el conjunto de conocimientos y técnicas que deben aplicar los individuos para el control de los factores que ejercen o pueden ejercer efectos nocivos sobre su salud. La higiene personal es el concepto básico del aseo, limpieza y cuidado de nuestro cuerpo***

**¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LAHIGIENE PERSONAL EN LOS NIÑOS? ¿HIGIENE PERSONAL EN LOS NIÑOS?**

Es realmente indispensable educar a nuestros niños desde las edades tempranas (0-6 años) para así poder prevenir la propagación de gérmenes y enfermedades que pongan en riesgo su salud. Además, las normas de aseo y una correcta higiene personal nos permiten mantener una buena presencia

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

1. **HIGIENE DE LA PIEL Y DEL CABELLO**

La piel es la barrera que impide el paso de los gérmenes a nuestro organismo, y a la vez contribuye a la regulación de la temperatura corporal mediante la producción de sudor por las glándulas sudoríparas. Otras glándulas, las sebáceas, producen una materia grasa que impermeabiliza y lubrifica la piel.

Estos productos de secreción, en unión a los restos de descamación de la piel y del polvo y suciedad exterior, llegan a pudrirse, produciendo un olor muy desagradable y, además, son un campo favorable para el desarrollo de gérmenes y aparición de enfermedades.

La ducha diaria con agua y jabón, especialmente en tiempo caluroso, o después de efectuar trabajos duros o en ambientes sucios, elimina todas estas secreciones.

Debe prestarse atención especial a axilas, ingles, alrededor del ano y zona genital, pies y manos.

El cabello debe lavarse con jabón o champú frecuentemente. Los peines, siempre de uso personal, se mantendrán limpios mediante el uso de soluciones detergentes. Si se han detectado parásitos (piojos...) será necesario el uso de lociones y champús específico,

Después de la ducha, la piel se secará perfectamente. Cada miembro de la tripulación debe tener su propia toalla.

1. **HIGIENE DE LAS MANOS**

Las manos son nuestro principal instrumento de trabajo y se mancharán con muy diversas sustancias, a la vez que son fuente de contaminación de todo lo que toquemos, pues en ellas, sobre todo alrededor de las uñas, se acumulan múltiples gérmenes. Por ello es necesario que las lavemos frecuentemente con agua y jabón, utilizando el cepillo para la limpieza de las uñas, y siempre antes de comer y después de ir al retrete.

Las uñas han de recortarse regularmente para evitar el acúmulo de suciedad, de forma curva las de las manos y recta las de los pies. Los manipuladores de alimentos cuidarán especialmente estas medidas de higiene corporal, pues si no pueden transmitir diversas enfermedades. No dejarán sin tratar las heridas o grietas localizadas en los dedos.

1. **HIGIENE DE LOS PIES**

Los pies deben lavarse diariamente, pues en ellos abundan las glándulas del sudor y el acúmulo de secreciones producirá olores muy desagradables, además de grietas e infecciones.

En caso de sudoración excesiva, se aplicarán preparados específicos que la disminuyen, y se mantendrán secos para evitar el crecimiento de hongos.

1. **HIGIENE DE LA BOCA**

La utilización de un cepillo dental para la limpieza después de todas las comidas es un factor imprescindible para prevenir la aparición de infecciones en encías y caries. Los alimentos y bebidas dejan residuos entre los dientes que, al fermentar, favorecen la aparición de estos procesos.

El cepillo de dientes es de uso exclusivamente personal y debe sustituirse con regularidad, aproximadamente cada tres meses.

Deben realizarse visitas periódicas al dentista, especialmente antes de efectuar travesías largas. Salga a la mar siempre con la dentadura en perfecto estado.

1. **HIGIENE DE LOS OJOS**

Podemos destacar tres aspectos:

* Los defectos de refracción (miopía, hipermetropía, astigmatismo) deben ser tratados y corregidos adecuadamente, imprescindiblemente en personal de puente, ya que la seguridad de toda la tripulación va a depender de su correcta visión.
* Proteja los ojos frente a agentes físicos, químicos o mecánicos, mediante el uso de gafas o pantallas protectoras adecuadas al riesgo concreto. Utilice gafas de sol en ambientes luminosos intensos.
* Las infecciones oculares, principalmente las conjuntivitis, son muy contagiosas, por lo que han de tratarse de inmediato, y todos los objetos que estén en contacto con los ojos serán de uso personal (toallas, pañuelos...).

El personal que utilice gafas correctoras debe llevar un par de repuesto, en previsión de posibles roturas.

1. **HIGIENE DEL OÍDO**

Las orejas deben limpiarse diariamente para eliminar sus secreciones, pero evitando la introducción de palillos, bastoncillos de algodón, etc., en el conducto auditivo, ya que esto facilita la formación de tapones de cera y puede dañar fácilmente el conducto, e incluso perforar el tímpano.

Los trabajadores expuestos a niveles de ruido elevados (mayor a 85 dB.) deben usar protectores auditivos para evitar la sordera profesional. Pueden utilizar tapones o cascos (ver figura 13-2).

Los tapones aseguran una protección adecuada, siempre que se coloquen correctamente. Pueden ser moldeables (de espuma; para la forma de colocarlos, ver figura 13-3) o semirrígidos (de caucho), y es aconsejable tener las manos limpias para su colocación. Son de uso exclusivamente personal y deben ser sustituidos o lavados periódicamente, según el tipo.

Los cascos, más fáciles de colocar, tienen el inconveniente de ser peor tolerados durante períodos largos. Han de mantenerse perfectamente limpios y secos.

1. **HIGIENE DEL VESTIDO Y CALZADO**

La ropa que se utilice no deberá ser excesivamente ancha, para evitar atrapamientos en la maquinaria, ni muy estrecha, que produzca compresiones. No debe dificultar los movimientos normales del cuerpo.

La limpieza de la misma, y especialmente de la ropa interior, es muy importante. Esta última será preferiblemente de fibras naturales, que facilita la transpiración y dificulta la aparición de alergias.

El calzado debe ser cómodo y flexible, permitiendo la variación de volumen del pie a lo largo del día y la transpiración del mismo. Además, debe adecuarse al clima y tipo de trabajo, pues en muchos casos se precisará un calzado especial de protección. Se mantendrá limpio y seco, utilizando si es preciso polvos desodorantes o contra los hongos.

1. **HIGIENE DE LA POSTURA**

El dolor de espalda, la ciática, el lumbago, incluso la hernia de disco … se producen frecuentemente por mantener vicios posturales o levantar pesos incorrecta-mente. Para evitarlo, la columna se mantendrá recta, flexionando las piernas, y haciendo al incorporarse el mayor esfuerzo con éstas. Hay que evitar girar la columna al levantar el peso.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **DEFINICIÓN**  De cada uno de las higiene personales | **CONSECUENCIAS**  Señala a lo menos 3 consecuencia de la falta de higiene | **ESTRATEGIA**  Diseña una actividad para cada higiene personal |
| **HIGIENE DE LA PIEL Y DEL CABELLO** |  |  |  |
| **HIGIENE DE LAS MANOS** |  |  |  |
| **HIGIENE DE LOS PIES** |  |  |  |
| **HIGIENE DE LA BOCA** |  |  |  |
| **HIGIENE DE LOS OJOS** |  |  |  |
| **HIGIENE DEL OÍDO** |  |  |  |
| **HIGIENE DEL VESTIDO Y CALZADO** |  |  |  |
| **HIGIENE DE LA POSTURA** |  |  |  |

Para finalizar diseña tarjeta explosiva con un tipo de higiene, con datos curiosos e imágenes (dibujadas) )