



**ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO**  
**FACULTAD DE SALUD PÚBLICA**  
**ESCUELA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD**

“PROYECTO SOBRE HIGIENE PERSONAL EN LOS NIÑOS  
Y NIÑAS QUE ACUDEN AL COMEDOR DEL PATRONATO  
MUNICIPAL “SAN PEDRO” DE RIOBAMBA. CHIMBORAZO.  
2012”

**TESIS DE GRADO**

**Previo a la obtención del Título de:**  
Licenciada en Promoción y Cuidados de la Salud

Irma Priscila Guadalupe Calderón

**RIOBAMBA – ECUADOR**

**2013**

## **CERTIFICACIÓN**

Certifico que el presente trabajo ha sido revisado por tanto autorizo la presentación de la Tesis, la misma que responde a las normas establecidas a los reglamentos de títulos y grados de la Facultad.

Dr. Ángel Parreño U.

**DIRECTOR DE TESIS**

## CERTIFICADO

Los miembros de tesis certifican que: el **“PROYECTO SOBRE HIGIENE PERSONAL EN LOS NIÑOS Y NIÑAS QUE ACUDEN AL COMEDOR DEL PATRONATO MUNICIPAL “SAN PEDRO” DE RIOBAMBA. CHIMBORAZO. 2012”** de responsabilidad de la Srta. Irma Priscila Guadalupe Calderón, fue presentado y defendido ante el tribunal asignado, el mismo que autoriza su publicación.

Dr. Ángel Parreño U.  
**DIRECTOR DE TESIS**

---

Dra. María Muquinche.  
**MIEMBRO DE TESIS.**

---

Riobamba, 05 de Junio del 2013.

## **AGRADECIMIENTO**

Mi agradecimiento primero a Dios por darme la vida y haberme permitido desarrollar este objetivo tan grande que es la culminación de mi tesis, luego a mis padres y a mi familia por formar parte de este trabajo ya que sin el apoyo incondicional no lo hubiera podido hacer.

A la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, Facultad de Salud Pública, Escuela de Educación de la Salud, institución de gran reconocimiento, mi sincera gratitud por haberme permitido adquirir sabios conocimientos para mi formación profesional a través de los excelentes maestros que posee.

A tan queridos y apreciados Maestros: Dr. Ángel Parreño, Director de Tesis y a la Dra. María Muquinche, Miembro de Tesis, quienes supieron guiarme con sus valiosas sugerencias depositando tan importantes conocimientos en el asesoramiento de esta Tesis.

Un agradecimiento infinito al Patronato Municipal San Pedro de Riobamba, a sus dignas autoridades por permitirme ser parte de un equipo para realizar mis respectivas intervenciones, únicamente en beneficio de las niñas y niños que acuden al comedor municipal quienes fueron la base primordial para la realización de la Tesis, a quienes agradezco y siempre les llevare en mi corazón por participaron en este proyecto demostrando su gran espíritu de colaboración y cariño.

## DEDICATORIA

Con tanto amor dedico a los seres más grandiosos que hay en este mundo a Dios y a la Virgen de Guadalupe, por darme la fortaleza e iluminarme para salir adelante con tantas experiencias vividas.

A mis Padres que con su amor, sacrificio de día a día y su apoyo me supieron dar la mano para seguir en el camino hacia mi profesión. A mi abuelito Gonzalo por siempre estar pendiente de mí y por ser uno más de mis pilares para cumplir este mi sueño. A mí querido sobrino Gabriel que cada día me alegra con sus ocurrencias.

En general a todos quienes forman parte de mi querida Familia por tener la dicha de tenerles junto a mí en los momentos de alegría y de tristeza, por toda su comprensión, aprecio y cariño demostrado.

A todas mis amigas y amigos que siempre han estado pendientes de mí durante este arduo camino, por su amistad sincera les hago extensivo mi agradecimiento.

A mis niñas y niños del comedor ya que gracias al cariño demostrado e interés en mi trabajo, pude culminar con éxito, siempre se quedaran grabados en mi corazón, gracias por ser una experiencia hermosa en mi vida.

## **RESUMEN**

El presente proyecto se ejecutó en el Comedor Municipal perteneciente al Centro de Atención Múltiple del Patronato Municipal “San Pedro de Riobamba”. Provincia de Chimborazo. Se contó con un número de 35 niñas y niños que asisten al comedor. A través del estudio descriptivo transversal, se aplicó una encuesta, para determinar los conocimientos, prácticas y condiciones sobre higiene personal; en base a los resultados obtenidos el 100% de los niñas y niños tienen un conocimiento bueno; luego se procedió a diseñar y aplicar el proyecto con el método Activo Participativo, como: lluvia de ideas, exposiciones, prácticas, en temas como: el baño, lavado de manos, cepillado dental, entre otros temas; en donde se obtuvo excelentes resultados después de desarrollar las diferentes intervenciones; cumpliendo así con el objetivo de incrementar los niveles de conocimientos en el grupo de estudio.

A través de este proyecto las niñas y los niños permitieron elevar sus conocimientos sobre higiene personal y de esta manera ayudará a modificar y crear nuevas prácticas correctas de higiene personal para evitar enfermedades y para que puedan gozar de una salud adecuada.

## **SUMMARY**

This project was implemented in the Dining Municipal owned Multi Care Center of the Municipal "San Pedro de Riobamba". Chimborazo Province. We obtained a number of 35 children who attending the dining room. Through the descriptive study, a survey was conducted to determine the knowledge, practices and personal hygiene conditions.

Based on the results the 100% of the children have a good knowledge and then proceeded to design and implement the project with Active Participatory method, such as brainstorming, exhibitions and practices on issues such as: the bathroom, washing hands, brushing teeth, among other topics. We obtained excellent results after developing different interventions, thus fulfilling the goal of increasing knowledge levels in the study group.

Through this project, girls and children allowed to raise their knowledge on personal hygiene and thus help you to modify and create new good hygiene practices to prevent disease and staff so they can enjoy proper health.

## ÍNDICE

I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. JUSTIFICACIÓN.....	6
III. OBJETIVOS.....	9
IV. MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL.....	10
V. METODOLOGÍA.....	25
VI. RESULTADOS Y DISCUSIONES.....	31
VII. PROYECTO SOBRE HIGIENE PERSONAL	
1. ANTECEDENTES.....	49
2. JUSTIFICACIÓN.....	51
3. OBJETIVOS.....	52
4. MARCO INSTITUCIONAL.....	53
5. DISEÑO METODOLÓGICO.....	56
6. EVALUACIÓN.....	65
VIII. CONCLUSIONES.....	87
IX. RECOMENDACIONES.....	88
X. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	89
XI. ANEXOS.....	92

## LISTA DE CUADROS

<b>Nº</b>	<b>TÍTULO</b>	<b>Pg.</b>
<b>CUADRO # 01</b>	SEXO DEL GRUPO DE NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>31</b>
<b>CUADRO # 02</b>	EDAD DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>32</b>
<b>CUADRO # 03</b>	NIVEL DE ESCOLARIDAD DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>33</b>
<b>CUADRO # 04</b>	CONOCIMIENTO SOBRE CONCEPTO DE HIGIENE DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>34</b>
<b>CUADRO # 05</b>	CONOCIMIENTO SOBRE HIGIENE PERSONAL DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>35</b>
<b>CUADRO # 06</b>	CONOCIMIENTO SOBRE LA IMPORTANCIA DE LA HIGIENE PERSONAL DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>36</b>
<b>CUADRO # 07</b>	CONOCIMIENTO SOBRE LA IMPORTANCIA DEL LAVADO DE MANOS DESPUÉS DE SALIR DEL BAÑO DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>37</b>
<b>CUADRO # 08</b>	CONOCIMIENTO SOBRE LA IMPORTANCIA DEL CORTE DE LAS UÑAS DE PIES Y MANOS DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>38</b>
<b>CUADRO # 09</b>	MATERIAL QUE UTILIZAN PARA LIMPIAR LOS OÍDOS LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>39</b>
<b>CUADRO # 10</b>	MATERIAL QUE UTILIZAN PARA LIMPIAR LA NARIZ LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR	<b>40</b>

	MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	
<b>CUADRO # 11</b>	FRECUENCIA DEL BAÑO DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>41</b>
<b>CUADRO # 12</b>	FRECUENCIA DEL CORTADO DE UÑAS DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>42</b>
<b>CUADRO # 13</b>	NÚMERO DE VECES QUE SE CEPILLAN LOS DIENTES AL DÍA LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>43</b>
<b>CUADRO # 14</b>	FRECUENCIA DEL CAMBIO DE VESTIMENTA A LA SEMANA DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>44</b>
<b>CUADRO # 15</b>	FRECUENCIA DE CAMBIO DE ROPA INTERIOR DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>45</b>
<b>CUADRO # 16</b>	TIEMPO EN QUE CAMBIAN LOS CEPILLOS DE DIENTES LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>46</b>
<b>CUADRO # 17</b>	LAVADO DE MANOS ANTES DE COMER DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>47</b>
<b>CUADRO # 18</b>	MATERIALES QUE UTILIZAN PARA LAVARSE LAS MANOS LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>48</b>
<b>CUADRO # 19</b>	CONOCIMIENTOS SOBRE HIGIENE ANTES Y DESPÚES DEL PROYECTO DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>85</b>

## LISTA DE GRÁFICOS

<b>Nº</b>	<b>TÍTULO</b>	<b>Pg.</b>
<b>GRÁFICO # 01</b>	SEXO DEL GRUPO DE NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>31</b>
<b>GRÁFICO # 02</b>	EDAD DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>32</b>
<b>GRÁFICO # 03</b>	NIVEL DE ESCOLARIDAD DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>33</b>
<b>GRÁFICO # 04</b>	CONOCIMIENTO SOBRE CONCEPTO DE HIGIENE DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>34</b>
<b>GRÁFICO # 05</b>	CONOCIMIENTO SOBRE HIGIENE PERSONAL DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>35</b>
<b>GRÁFICO # 06</b>	CONOCIMIENTO SOBRE LA IMPORTANCIA DE LA HIGIENE PERSONAL DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>36</b>
<b>GRÁFICO # 07</b>	CONOCIMIENTO SOBRE LA IMPORTANCIA DEL LAVADO DE MANOS DESPUÉS DE SALIR DEL BAÑO DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>37</b>
<b>GRÁFICO # 08</b>	CONOCIMIENTO SOBRE LA IMPORTANCIA DEL CORTE DE LAS UÑAS DE PIES Y MANOS DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>38</b>
<b>GRÁFICO # 09</b>	MATERIAL QUE UTILIZAN PARA LIMPIAR LOS OÍDOS LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>39</b>

<b>GRÁFICO # 10</b>	MATERIAL QUE UTILIZAN PARA LIMPIAR LA NARIZ LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>40</b>
<b>GRÁFICO # 11</b>	FRECUENCIA DEL BAÑO DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>41</b>
<b>GRÁFICO # 12</b>	FRECUENCIA DEL CORTADO DE UÑAS DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>42</b>
<b>GRÁFICO # 13</b>	NÚMERO DE VECES QUE SE CEPILLAN LOS DIENTES AL DÍA LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>43</b>
<b>GRÁFICO # 14</b>	FRECUENCIA DEL CAMBIO DE VESTIMENTA A LA SEMANA DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>44</b>
<b>GRÁFICO # 15</b>	FRECUENCIA DE CAMBIO DE ROPA INTERIOR DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>45</b>
<b>GRÁFICO # 16</b>	TIEMPO EN QUE CAMBIAN LOS CEPILLOS DE DIENTES LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>46</b>
<b>GRÁFICO # 17</b>	LAVADO DE MANOS ANTES DE COMER DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>47</b>
<b>GRÁFICO # 18</b>	MATERIALES QUE UTILIZAN PARA LAVARSE LAS MANOS LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>48</b>
<b>GRÁFICO # 19</b>	CONOCIMIENTOS SOBRE HIGIENE ANTES Y DESPÚES DEL PROYECTO DE LAS NIÑAS/NIÑOS QUE ACUDEN AL COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.	<b>86</b>

## I. INTRODUCCIÓN

La Higiene es un hábito que se debe de inculcar en los niños y niñas desde pequeños para que posteriormente se eviten infecciones o enfermedades por no llevar una limpieza adecuada. Es fundamental explicarles a las niñas/niños que después de cada alimento se deben de cepillar sus dientes, lavarse las manos antes de cada comida, después de ir al baño, después de jugar al aire libre, o tras haber jugado con alguna mascota.<sup>(1)</sup>

Básicamente, cumplir con los hábitos de higiene es imprescindible para prevenir infecciones y enfermedades, pero no nos debemos olvidar de otra cosa importante: nuestra apariencia. Tener una apariencia limpia es clave para ser aceptados en nuestros roles sociales.<sup>(2)</sup> El que los niños adquieran actitudes y hábitos adecuados en relación a la higiene personal, así como del entorno, es importante dentro de las actuaciones de Educación para la salud que se realizan en los centros docentes, sobre todo con los más pequeños.

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

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

Los padres y educadores se encuentran con frecuencia con el problema de que los niños no quieren lavarse. Hay que abandonar posiciones moralistas, en las que la limpieza es buena y la suciedad es mala, es necesario insistir en la higiene del entorno y el aseo personal como fuente de bienestar y vivencias agradables.

Lavarse no es un deber ingrato impuesto, sino algo que puede hacer que el niño/a se sienta a gusto. No martillar al niño/a con conductas aconsejables, se debe dejar que el niño experimente por sí mismo las diversas sensaciones, ensuciarse puede ser agradable y lavarse luego también.

La limpieza no debe ser una obsesión ni para el profesor ni para los padres, más que decirle al niño que no se ensucie ni ensucie, hay que enseñarle a limpiarse, a mantener el entorno limpio y proporcionarle los medios y el tiempo necesario para ello.

La higiene es un concepto que va mucho más allá de la limpieza o asco: comprende otra serie de aspectos como el ejercicio físico, la alimentación, el sueño. La higiene personal y del entorno son básicas para mejorar la salud. La limpieza aumenta la sensación de bienestar personal y facilita el acercamiento de los demás y en consecuencia, las relaciones interpersonales.

El ambiente en que se desenvuelve el individuo debe reunir unas condiciones higiénicas adecuadas (aireación suficiente, ausencia de humedad y polvo, sistema de eliminación de aguas) para mantener un óptimo estado de salud. Es importante que los niños aprendan a valorar el hecho de la higiene como medida para el logro de un mayor bienestar personal con los demás. Padres .y educadores tienen un papel fundamental en la adquisición de estos hábitos.

Promueve la salud y el bienestar personal, ayuda a mejorar la vitalidad del cuerpo y mantenerlo en un estado saludable. Los hábitos de higiene y salud ayudan al niño a cuidar y a valorar su propio cuerpo y a percibir con satisfacción la limpieza como bienestar personal. (Por ello, es importante

crear hábitos de higiene en el niño, desde edades muy tempranas, les transmite sensación de bienestar y de seguridad).<sup>(3)</sup>

Las normas de aseo para mantener una correcta higiene corporal es una base importante en la educación de nuestros hijos o los menores a nuestro cargo. Las buenas maneras no solamente consisten en ser correctos en todos ámbitos sino en mantener una buena presencia también.

La costumbre que debemos inculcarles es la ducha diaria (mejor que el baño), aunque si son muy pequeños podemos empezar por enseñar a bañarles y saber cuáles son las partes de su cuerpo a las que deben prestar más atención. La cabeza, las axilas, el cuello, la zona genital, las rodillas y los pies son las partes que más suelen sufrir los efectos de la sudoración, aunque deben jabonarse bien todo el cuerpo.

Antes de ducharse hay que enseñarles a prepararse la ropa, la toalla y todos los elementos necesarios para arreglarse después del baño. También debemos preocuparnos por enseñarles a secarse bien después de salir del agua y repasar algunos puntos que pueden ser más delicados, como la limpieza de las uñas y de las orejas (los oídos).

Después de la ducha, también hay que enseñarles a dejar el baño limpio, la ropa sucia depositada en su lugar correspondiente (cesta de la ropa sucia o en la propia lavadora) y dejarlo todo, más o menos, como estaba. La higiene personal no solo abarca la ducha sino que debemos preocuparnos de otros aspectos.

La higiene bucal es muy importante a dos niveles: a efectos estéticos y a efectos de salud. Mantener una boca limpia es evitar problemas de caries, sarro y otros futuros problemas en la boca.

Hay que acostumbrarles a cepillarse los dientes después de cada comida, y enseñarles a hacerlo de forma correcta.

En el caso de no saber cómo hacerlo lo mejor es consultar con nuestro dentista para que él nos de las pautas a seguir. Es recomendable visitar al odontólogo al menos una vez al año para que revise el estado de su dentadura. <sup>(4)</sup>

Para mantener un estado óptimo de salud la higiene cumple una función muy importante. Existen diferentes microorganismos (bacterias, hongos, virus y parásitos) muy pequeños invisibles a los ojos que se encuentran en todas partes: en el aire, en la tierra, en el agua, en el cuerpo y también en los alimentos. Viven en diferentes lugares baños, basurales, agua no segura, frutas y verduras mal lavadas, carnes crudas, en los animales, en las patas de los insectos y en los objetos que tocamos.

Los microorganismos son seres vivos y no se mantienen quietos: cruzan de una persona, un animal o un alimento a otro siempre que se den las condiciones (alimento, agua, calor y tiempo) para crecer y multiplicarse, dando origen a diferentes enfermedades. Por eso es primordial, además de la higiene personal, la limpieza en el hogar. <sup>(5)</sup>

La formación de hábitos relacionados con la higiene personal en los educandos, constituye una tarea más de la educación para la salud, de ahí su importancia. La higiene personal se define como el conjunto de medidas y normas que deben cumplirse individualmente para lograr y mantener una presencia física aceptable, un óptimo desarrollo físico y un adecuado estado de salud.

Las acciones que deben ejecutarse para obtener una higiene personal adecuada, comprenden la práctica sistemática de las medidas higiénicas que debemos aplicar para mantener un buen estado de salud. <sup>(6)</sup>

Considerando lo planteado anteriormente se formuló las siguientes preguntas:

¿Cuáles son los conocimientos y prácticas sobre higiene personal en los niños(as) del comedor municipal. 2012?

¿El aplicar el proyecto sobre higiene personal, mejorará los conocimientos en los niños(as) del comedor municipal. 2012?

## II. JUSTIFICACIÓN

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

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

En consecuencia, el aprendizaje de hábitos de higiene y cuidados personales cumplen funciones importantes en la formación integral de las personas, como mejorar la salud y el bienestar del individuo y la comunidad, prevenir la aparición y desarrollo de enfermedades, facilitar las relaciones interpersonales y contribuir a la formación de una imagen positiva de sí mismos.

La higiene personal está constituida por el conjunto de cuidados que necesita nuestro cuerpo para aumentar su vitalidad y mantenerse en un estado saludable. Es el concepto básico de aseo, limpieza y cuidado de nuestro cuerpo.

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.

Para adquirir los hábitos de higiene los padres, la familia y los docentes deben dar siempre el ejemplo fomentando hábitos desde temprana edad, teniendo en cuenta: La práctica diaria de las pautas de higiene en el transcurso del tiempo generan hábitos que contribuyen y colaboran con el bienestar físico y psíquico del organismo; debe existir un entorno propicio

tanto en el hogar como en la escuela y en diferentes lugares que se frecuente; propiciar actividades que permitan el aprendizaje y aplicación de hábitos de higiene a través de contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales que favorezcan el desarrollo del niño/a; si un método o sistema para crear hábitos higiénicos no da resultado, se debe ser paciente y creativo, innovar en tácticas motivadoras para lograr la salud integral en el niño/a.

La infancia es la mejor etapa para que los niños aprendan comportamientos higiénicos y los apliquen durante el resto de sus vidas. Si los niños/as son involucrados en el proceso de desarrollo como participantes activos, pueden llegar a ser agentes de cambio dentro de las familias y un estímulo para el desarrollo de la comunidad. <sup>(7)</sup>

La falta de higiene personal es uno de los problemas que se ha detectado en los niños del Comedor Municipal, es algo que afecta en la escuela ya que recae en la imagen tanto personal como del grupo, y más aún en la salud de cada niño(a). Por esto es algo que se debe solucionar por el bien de todos, ya que por otra parte se puede llegar a producir un foco de infección, esta es una desventaja que se podría formar a largo plazo, mientras que a corto plazo se adquiere el rechazo de la comunidad escolar, es decir de sus propios compañeros.

Es importante que los niños participen en la solución de estos problemas para convivir en un ambiente más limpio, agradable y sin malos olores, para lograr esto, consideramos necesario tomar ciertas medidas como: baño diario, uso de antitranspirante, talco para los pies, higiene bucal, etc. Uno de los valores universales que se podría rescatar es el respeto hacia uno mismo y hacia los demás para así poder lograr una convivencia digna. <sup>(8)</sup>

Por tal razón se vio la necesidad de aplicar el presente proyecto ya que fue tan beneficioso tanto para los niños y niñas del Comedor Municipal, ya que reforzaron sus conocimientos sobre la higiene personal y aún más que eso, mejorarán sus hábitos para de esta forma contribuir al estado de su salud; además posibilitó obtener experiencia en la carrera que a futuro se

desarrollará con el único objetivo de mejorar la salud de quienes más lo necesitan.

En el desarrollo de este proyecto se vivió y compartió momentos inolvidables con los niños y niñas que me engrandecieron como persona, amiga y profesional; ya que fue muy satisfactorio el transmitir los conocimientos obtenidos en la vida estudiantil para mejorar la higiene personal de los niños que tanto lo necesitan y sobre todo crear hábitos para una vida saludable recalcando en la importancia de los valores de la higiene personal.

### **III. OBJETIVOS.**

#### **A. OBJETIVO GENERAL**

Aplicar un proyecto sobre higiene personal en los niños(as) del Comedor Municipal. Cantón Riobamba. Chimborazo 2012.

#### **B. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

1. Describir las características socio-demográficas de las niñas y niños del comedor municipal.
2. Identificar los conocimientos y prácticas sobre higiene personal en el grupo de estudio.
3. Implementar el proyecto sobre higiene personal.
4. Evaluar los resultados obtenidos del proyecto.

## **IV. MARCO TEÓRICO CONCEPTUAL**

### **A. ANTECEDENTES**

En el siglo XIX, el desarrollo del urbanismo permitió la creación de mecanismos para eliminar las aguas residuales en todas las nuevas construcciones. Al tiempo que las tuberías y los retretes ingleses (WC) se extendían por toda Europa, se organizaban las primeras exposiciones y conferencias sobre higiene.

A medida que se descubrían nuevas bacterias y su papel clave en las infecciones —peste, cólera, tifus, fiebre amarilla—, se asumía que era posible protegerse de ellas con medidas tan simples como lavarse las manos y practicar el aseo diario con agua y jabón.

En 1847, el médico húngaro Ignacio Semmelweis determinó el origen infeccioso de la fiebre puerperal después del parto y comprobó que las medidas de higiene reducían la mortalidad. En 1869, el escocés Joseph Lister, basándose en los trabajos de Pasteur, usó por primera vez la antisepsia en cirugía. Con tantas pruebas en la mano ya ningún médico se atrevió a decir que bañarse era malo para la salud. <sup>(9)</sup>

A través de los siglos, el ser humano ha valorado e interpretado las normas y los hábitos de vida según la época y el régimen social. Desde la antigüedad, los egipcios, griegos y romanos conocían las reglas elementales de higiene personal, sobre todo las relacionadas con el baño, el corte del cabello y el lavado de las manos. <sup>(10)</sup>

### **B. LA HIGIENE**

La higiene se refiere al conjunto de prácticas y comportamientos orientados a mantener unas condiciones de limpieza y aseo que favorezcan la salud de las personas. Esta se divide en: higiene corporal e higiene mental; las dos son importantes para garantizar salud y bienestar para las personas. <sup>(11)</sup>

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.

La buena o mala higiene incide de manera directa en la salud de las personas. Son muchas las enfermedades relacionadas con las malas prácticas de higiene. Por ejemplo: la diarrea, las enfermedades gastrointestinales, la conjuntivitis, las infecciones de la piel, la pediculosis, la gripa, etc.

Higiene personal Tener una buena higiene personal depende de uno mismo. La autoestima juega un papel fundamental frente a este aspecto, pues quien se aprecia y valora se esfuerza por verse y mantenerse bien. <sup>(12)</sup>

### **C. EL ASEO PERSONAL**

Podemos decir que el aseo personal o higiene personal consiste en el acto, generalmente autónomo, que realizamos para mantenernos limpias y libre de impurezas en la parte externa. Incluye piel, dientes, cabello y cuero cabelludo, oídos, orificios nasales, manos, pies, partes genitales, calzado y vestimenta, higiene del sueño, del deporte, del juego y de la escuela.

### **D. ACTIVIDADES QUE INCLUYE EL ASEO PERSONAL**

1. Aseo en la piel: La piel es el órgano más grande de nuestro cuerpo, lo cubre completamente, sirve como barrera de protección y es la parte visible del mismo. Requiere un aseo frecuente y cuidadoso, el cual, se puede realizar a través de lo que se conoce como ducha con agua y jabón para eliminar el sudor, polvo e impurezas. Es una tarea simple, pero requiere que lo hagamos todos los días sin descuidar ninguna parte de nuestro cuerpo porque todas son importantes.

2. Aseo de los dientes: Para limpiarlos podemos utilizar cepillos dentales con pastas o dentríficos ricos en flúor (aunque en la actualidad también contienen otros compuestos más sofisticados). También suelen usarse hilos dentales y enjuagues bucales. Todos éstos productos ayudan a prevenir la caries, placa dental, entre otros. Para tener unos dientes más blancos se recomienda cepillar los dientes con bicarbonato de sodio (una vez a la semana) o utilizar dentríficos con acción blanqueadora.
3. Aseo del cabello y cuero cabelludo: Ayuda a prevenir la caspa, infecciones de la piel de la cabeza y a dar un mejor aspecto del cabello. Para limpiarlo se utilizan sustancias conocidas como champú o shampoo, que en la actualidad se encuentran disponibles en una amplia variedad de marcas y presentaciones para cada tipo de cabello. Todas sabemos que aunque tengamos el cabello corto, largo, teñido, con rayitos o como gustemos debemos tener un especial cuidado en la limpieza de nuestro cabello, ya que refleja nuestro cuidado personal.
4. Aseo de los oídos: Generalmente se realiza limpiándolos con hisopos, que son unos palillos en cuyos extremos hay dos copitos de algodón. Hay que cuidar de no introducirlos mucho porque pueden lesionar el tímpano. Con esto se elimina el cerumen. Es recomendable asear los oídos cuando nos duchamos debido a que la humedad ayuda a su limpieza.
5. Aseo de los orificios nasales: Dentro de éstos suele acumularse una sustancia semiblanda conocida como moco, el cual, es necesario limpiar o retirar de los orificios nasales. A veces, algunas personas suelen limpiarse la nariz con los dedos, lo cual es de muy mal gusto y no es recomendable hacerlo porque pueden verse en una situación muy vergonzosa. Se recomienda limpiar los orificios nasales antes y después de dormir con un pañuelo.
6. Aseo de las manos: Las manos constituyen, después de la cara, lo más visible de nuestro cuerpo. Sin embargo, es la parte que están en

contacto permanente con diversos gérmenes. Por ello, es necesario lavarlas con frecuencia utilizando jaboncillos de tocador que no resequen la piel. Recordemos que las manos son una tarjeta de presentación. Por eso deben estar bien humectadas, limpias, y con respecto a las uñas deben estar bien presentables.

7. Aseo de los pies: Si bien, es imprescindible la limpieza diaria de los pies, también es necesario dedicarle tiempo, al menos una vez a la semana, para brindarle una sesión especial de cuidados, por ejemplo, usando callicidas y otros artículos, cortando y/o moldeando las uñas, humectándolos adecuadamente, pintando las uñas, etc... El aseo de los pies es muy importante ya que casi siempre están sometidos a una serie de actividades, por eso hay que cuidarlos y hay que pensar en tres aspectos: usar un tipo de calzado adecuado, realizar ejercicios para pies y por supuesto, asearlos bien.
8. Aseo de las partes genitales: La mujer debe tener un especial cuidado en el aseo de sus partes genitales, algunos ginecólogos expertos sostienen que solo debe usarse agua para asear el exterior de los genitales, ya que sustancias como el jabón podrían alterar el ph del interior de la vagina y causar infecciones. Sin embargo, existen diversos productos en el mercado destinados al aseo femenino, que antes de usarlos, es bueno consultar con el ginecólogo. <sup>(13)</sup>
9. 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.

10. Higiene del sueño: El sueño es necesario para que el cuerpo se recupere de la actividad diaria. Las necesidades del sueño varían según la edad y la actividad de los individuos (los niños/as de 4 a 12 años necesitan aproximadamente 10 horas de sueño y los adolescentes de 8 a 10). A mayor actividad física y mental, más número de horas de sueño se necesitan.

La falta de sueño produce en los niños fatiga, dificultad en el aprendizaje e influye negativamente en su equilibrio personal. Los niños/as deben acostarse y levantarse todos los días aproximadamente a la misma hora. Hay algunos elementos y situaciones que facilitan el sueño: una habitación silenciosa, oscura y aireada con temperatura moderada, una cama dura y plana, cena ligera y bebidas no excitantes, actividades relajantes antes de dormir (ducha, lectura).

11. Higiene en el deporte: Al hacer ejercicio la sudoración aumenta por lo que hay que ducharse después de practicar cualquier deporte. Para hacer deporte hay que usar una ropa específica que habrá que cambiar cuando haya finalizado el ejercicio. Lo mismo ocurre con el calzado de deporte; si su uso se hace extensivo a todo el día se dificulta la transpiración de los pies y se pueden producir infecciones en la piel.

La ropa de deporte será ligera para facilitar el movimiento y la transpiración. Conviene no hacer deporte durante la digestión y tampoco con el estómago vacío, asimismo, hay que evitar el sobreesfuerzo: el deporte debe ser adecuado a las posibilidades del niño.

12. Higiene del juego: La actividad principal en la vida del niño/a es el juego, y el juego implica la mayoría de las veces que se ensucien. Este hecho debe ser aceptado por los adultos, que al mismo tiempo deben enseñar

a los niños que una vez concluido el juego, si es necesario, hay que lavarse y cambiarse de ropa. De todos modos debemos enseñar a los niños a evitar:

- Jugar en lugares donde se acumulen basuras y desperdicios.
- Tocar objetos punzantes o que representen peligro. jugar en zonas donde haya aguas estancadas.
- Beber aguas sucias o no potables.
- Chupar pegamentos.
- Usar gafas de plástico que perjudiquen la vista.
- Jugar en zonas de terreno con pozos, cuevas, cambios bruscos de altura o lugares próximos a carreteras.

13. Higiene en la escuela: La escuela es el lugar donde los niños y las niñas pasan gran parte del día. Si adquieren hábitos de higiene respecto a la escuela, es probable que estos se generalicen a los demás ámbitos de su entorno. para que esto ocurra, debe ser la escuela la primera en reunir unas condiciones mínimas que hagan un ambiente sano.

❖ Respecto al ambiente térmico y aireación:

Debería de existir una temperatura constante, a ser posible entre 20 y 22 grados. Debe tratarse de aulas ventiladas, donde se produzcan corrientes de aire. El lugar donde se realice el deporte debe estar especialmente aireado y no expuesto a temperaturas altas o muy frías.

(14)

## **E. HÁBITOS DE HIGIENE**

Para tener una vida sana, es necesario desarrollar hábitos y medidas de higiene general y personal, ello puede evitar en gran medida diversas enfermedades en las niñas y niños.

Pero, ¿qué son los hábitos? Los hábitos son conductas que a base de repetirlas, se aprenden y se hacen propias, así, al enseñarle al niño a limpiar y ordenar los lugares que frecuenta, poco a poco adquirirá los hábitos que requiere para conservar la salud y adaptarse a las reglas de la comunidad en que vive. Por lo tanto no se debe olvidar que la higiene es limpieza.

El aseo y la limpieza son de gran importancia para prevenir diferentes clases de infecciones, la limpieza personal (higiene) y el aseo público (sanidad) son de igual importancia.

Muchas infecciones intestinales se pasan de una persona a otra por falta de higiene; miles de microbios y lombrices (o sus huevecillos) salen del excremento de personas infectadas y pasan a la boca, por medio de los dedos y uñas sucias o por agua o comida contaminada. Algunas de las enfermedades que se transmiten así, son:

- Lombrices intestinales (distintas clases).
- Diarrea y disentería (causada por amibas y bacterias).
- Hepatitis y fiebre tifoidea
- Otras infecciones.

Consejos para la limpieza personal (higiene): Siempre lávese las manos con jabón al levantarse, después de ir al baño y antes de comer. Bañarse seguido, después de trabajar y sudar mucho, así se evita muchos tipos de caspa, ronchas, granos y comezones. No deje que los niños anden descalzos. Así se evita que adquieran lombrices, ya que algunas entran por

la planta del pie. Lave los dientes después de cada comida. En general, para proteger la salud de los niños, la higiene es muy importante.

## **1. El cepillado de los dientes**

Desde que a nuestros niños les sale el primer diente, debemos fomentarles el hábito de la higiene bucal, así nuestros pequeños se acostumbrarán a lavarse los dientes después de cada comida, de esta manera, conseguiremos prevenir enfermedades dentales.

Los dientes definitivos empiezan a aparecer hacia la edad de seis años y su función es necesaria para toda la vida. Son indispensables porque cortan y trituran el alimento en la primera parte de la digestión; cuanto más se usan, más fuertes y saludables se mantienen.

Para mantener los dientes y las encías en buen estado, se debe consumir una alimentación nutritiva y variada, además de limpiarlos perfectamente después de cada comida.

Las ventajas de la limpieza dental diaria son:

- Se puede masticar y digerir mejor la comida si la dentadura está completa.
- Se evitan los dientes picados, las postemillas y enfermedades de las encías.
- Un buen aseo bucal puede prevenir infecciones graves que afectan todo el cuerpo.
- Evita el mal aliento.

Para mantener sana la dentadura y encías se recomienda tomar las siguientes medidas: Evitar los dulces, ya que dañan muy rápido la dentadura.

Lavar bien la dentadura todos los días y siempre inmediatamente después de comer. Empiece a lavarle los dientes al niño tan pronto como le salgan y luego enséñele a hacerlo solo. La mejor manera de lavarse los dientes es la siguiente:

- a. Utilizar un cepillo de preferencia con cerdas suaves.
- b. Deben cepillarse los dientes de arriba hacia abajo y los de abajo hacia arriba, sin olvidar cepillar las muelas con movimientos circulares y las encías, ya que esto activa la circulación.
- c. También debe cepillarse la lengua en un movimiento suave de arriba hacia abajo.
- d. El tiempo del cepillado no debe ser menor de tres minutos.

Si no tiene cepillo para los dientes, amarre un pedacito de toalla en la punta de un palito, y páselo como cepillo, y si no tiene pasta, mezcle un poquito de sal y bicarbonato en igual cantidad, y use esto en su cepillo; moje un poco el cepillo antes de meterlo en el polvo.

Esta mezcla sirve igual que la pasta para lavarse los dientes. Si no tiene bicarbonato, use sólo sal.

## **2. El baño diario y la ropa limpia**

El baño diario es una medida de higiene importante para evitar gérmenes y enfermedades en la convivencia diaria. En la familia, como en la sociedad, en el trabajo, en la escuela o en la calle, es desagradable convivir con una persona desaseada.

## **3. La limpieza de las manos y uñas**

En lo que se refiere al aseo de las manos, éstas se deben lavar después de ir al baño, también antes de comenzar a preparar los alimentos y antes de comer. Otro momento en que se deben lavar las manos, es

cuando se llega de la calle al hogar. Con las manos limpias y las uñas cortas se pueden evitar muchas enfermedades gastrointestinales.

La mayor parte de los padres enseñan a sus hijos a lavarse las manos antes de comer y después de ir al baño, pero también es conveniente enseñarles la forma apropiada de hacerlo: prestar atención a la limpieza de la punta de los dedos, de las muñecas y del dorso de las manos. La suciedad que se encuentra debajo de las uñas debe quitarse con un corta-uñas o cepillo y, de ser necesario, hay que lavar varias veces las manos hasta que salga la espuma totalmente limpia.

Se le debe enseñar al niño que hay otras ocasiones en las que es importante lavarse las manos, como después de jugar en la calle, especialmente si lo hizo en superficies sucias.

Las uñas deben cortarse cada 1 ó 2 semanas, según la rapidez con la que crezcan. La forma correcta de cortar las uñas de las manos es siguiendo el contorno del borde. Las uñas de los pies deben cortarse en borde recto para evitar que se entierren.

Es de enorme importancia establecer la costumbre de lavarse las manos y cortarse las uñas, no sólo como parte de la limpieza normal, sino también para proteger la salud. <sup>(15)</sup>

## **F. BENEFICIOS DE LA HIGIENE PERSONAL**

Cuando hablamos de “Higiene Personal”, nos referimos al ya utilizado y reiterado tema o concepto del aseo, limpieza y cuidado que le damos a nuestros cuerpos, apariencia física y personal. Es importante adoptar hábitos de limpieza e higiene para asegurarnos que nuestro cuerpo mantiene los cuidados básicos que necesita y requiere para mantenerse saludable y con buena apariencia.

El aseo o higiene personal nos ayudan en muchísimos aspectos, no solo para mantener nuestros cuerpos saludables y aseados, sino también en

nuestro aspecto y apariencia. El estar aseado, bien peinado, con apariencia pulcra y ordenada, siempre será un punto a nuestro favor, en reuniones, primeras apariencias, relaciones personales y profesionales, como en cualquier aspecto de nuestra vida personal.

Comencemos con lo básico, mínimo una ducha al día, por lo general, la mayoría de las personas optan por dos duchas al día, jabón y shampoo siendo los ingredientes principales. El cepillarse los dientes después de cada comida, un mínimo de 3 veces por día es fundamental en cualquier hábito de limpieza o higiene. <sup>(16)</sup>

## **G. ASEO PERSONAL Y SALUD**

El aseo nos proporciona salud. El desaseo produce enfermedades.

1. El baño es necesario, porque significa limpieza o aseo general del cuerpo.
2. No sólo al levantarnos, sino cuantas veces sea necesario, debemos lavarnos la cara con jabón y con dos aguas. Así mismo los ojos, los oídos, el cuello, etc.
3. Por lo menos debemos lavarnos la cabeza dos veces a la semana. No debemos contentarnos con sólo echarnos agua y peinarnos.
4. Descuido imperdonable es tener el cabello crecido y desordenado. Peinémonos cuantas veces sea necesario.
5. Las manos deben lavarse con frecuencia: al levantarnos, antes y después de la mesa, al acostarnos, porque constantemente están expuestas a ensuciarse y al contagio.
6. No hay que descuidar el aseo de los pies. Así evitamos el sudor y los malos olores. Es conveniente cambiarse las medias o calcetines diariamente.

## **H. ¿Cuál es la primera obligación que nos impone la decencia?**

La de ser aseados y limpios, pues de lo contrario causaríamos fastidio y asco a todo el mundo. Para conseguir esto, ¿qué reglas debemos practicar? Muchas, pero las principales son las siguientes:

1. Debemos tener siempre la cara y las manos limpias, pues además de lavarlas todas las mañanas, repetiremos esta misma diligencia las veces que al día sea necesario.
2. Hemos de ir siempre bien peinados y tener la cabeza limpia pues hay insectos que suelen criarse en ella.
3. Deberemos cortarnos a menudo las uñas, de modo que no se vea en ellas suciedad alguna.
4. Se cuidará de tener siempre la dentadura limpia, y con tanta más razón, cuanto no hay cosa que más la eche a perder, y que más mal olor produzca en la boca que el descuido en esta parte.
5. Que nuestros vestidos no tengan manchas ni mugre, ni estén descosidos y rotos.
6. La ropa, ropa interior, medias y zapatos limpios para evitar el mal olor del sudor; en suma nada deberemos omitir a evitar que nuestra persona y vestidos ofendan la vista y olfato de los demás. <sup>(17)</sup>

## **I. TÉCNICA CORRECTA DEL CEPILLADO DE DIENTES**

Una buena técnica de cepillado de dientes nos garantizará la higiene correcta de nuestra boca. Si es que los padres desconocen cuál es la forma o técnica correcta del cepillado, pueden solicitar la ayuda del dentista, quien con la ayuda de maquetas nos hará más fácil y efectiva la comprensión.

Los padres son los encargados de enseñar la correcta técnica de cepillado a los hijos. Es necesario contar con la técnica correcta del cepillado de dientes ya que los estudios efectuados al respecto revelan que hay un amplio porcentaje de niños que no se cepillan los dientes con la frecuencia necesaria y hay muchos que no saben cepillarse correctamente.

Los pasos para un buen cepillado son:

- Utiliza una pequeña cantidad de pasta de dientes, verifica que tus hijos no se traguen la pasta de dientes.
- Los niños deben usar un cepillo dental suave. Primero se debe cepillar la superficie interior de cada diente, que es donde más se acumula la placa. Cepillar suavemente de posterior a anterior.
- Limpiar las superficies exteriores de cada diente, colocando el cepillo en ángulo respecto de la encía exterior. Cepillar suavemente de posterior a anterior.
- Cepillar la superficie de masticación de cada diente.
- Utilizar la punta del cepillo para limpiar la parte posterior de los dientes anteriores, tanto superiores como inferiores.
- Al final se debe cepillar la lengua para eliminar las bacterias. <sup>(18)</sup>

## **J. TÉCNICA CORRECTA PARA EL LAVADO DE MANOS**

La eliminación de toda la suciedad y los contaminantes de la piel es de suma importancia. Las manos y otras partes del cuerpo sucias deberían limpiarse al menos al final de la jornada laboral, antes de los descansos o cuando acudimos al servicio.

El método correcto de limpieza también es importante. Desarrollar una técnica adecuada para el lavado de manos es imprescindible para asegurarse de que las manos están completamente limpias. Se debe prestar especial atención al dorso de las manos y a las yemas de los dedos, ya que se olvidan con frecuencia.

Es habitual mojarse las manos antes de aplicar una dosis de jabón en la cuenca de la mano; sin embargo, si se tienen las manos muy sucias es

recomendable aplicar el limpiador de manos específico apropiado directamente sobre la piel antes de mojarlas. En todo caso, es importante seguir las instrucciones recomendadas.

1. Frótese las manos palma con palma.
2. Frote el dorso de la mano con la palma, entrelazando los dedos.
3. Palma con palma, con los dedos entrelazados.
4. Entrelace los dedos dentro de las palmas.
5. Frote la palma con el pulgar en sentido circular sujetando firmemente la mano.
6. Frote la palma con los dedos en sentido circular sujetando firmemente la mano

Siempre se debe secar bien la piel para evitar que se agriete, especialmente cuando hace frío. Siempre debe tener a mano toallas limpias; las toallas sucias exponen la piel a más suciedad y existe riesgo de infección. Lo ideal sería utilizar toallas de un solo uso, ya que con el uso de toallas compartidas cabe la posibilidad de una contaminación. <sup>(19)</sup>

## **K. CAUSAS DE LAS ENFERMEDADES PARASITARIAS**

Las principales causas son la falta de aseo personal y la contaminación fecal. El desaseo personal hace que el cuerpo se convierta en un lugar propicio para que se desarrollen parásitos externos, como el piojo, las garrapatas y la sarna. Mientras que la contaminación fecal del agua y del suelo ocurre cuando hay contacto de heces contaminadas de personas y animales con el agua. Si una persona sana toma de esa agua, come de un cultivo regado con agua contaminada o pisa descalzo un suelo contaminado puede contraer una parasitosis.

Entre las enfermedades más comunes producidas por parásitos internos que se alojan en los intestinos están: la necatoasis, ascariasis, oxiuriasis y teniasis. <sup>(20)</sup>

## **L. CONSECUENCIAS DE LA MALA HIGIENE DENTAL**

Las consecuencias de la higiene oral inadecuada se refleja en caries, caries dental, cavidades, irritación de encías y el mal aliento. Todo eso es el resultado de que la placa se acumula en las superficies difíciles de los dientes y cuando comes las bacterias usan el azúcar y almidón de tu comida para soltar ácido.

El ácido corroe el esmalte de diente con el tiempo y causa agujeros o cavidades en el mismo, además de irritar las encías, causando algo de sangrado, que conduce para afectar el aliento. <sup>(21)</sup>

## **M. MEDIDAS DE PREVENCIÓN EN LAS CARIES**

La lucha enérgica contra los malos hábitos. La conservación de los dientes temporarios, que no sólo cumplen una función como herramientas de masticación, sino que reservan el espacio para los dientes permanentes. Además, el importante efecto como estímulo de crecimiento para los maxilares. Cuando más tempranamente se observen las anomalías y se consulte al dentista, tanto más sencillo y satisfactorio será el tratamiento. <sup>(22)</sup>

## V. METODOLOGÍA

### A. LOCALIZACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN

Este proyecto se realizó con las niñas y niños que acuden al Comedor Municipal del Centro de Atención Múltiple perteneciente al Patronato Municipal “San Pedro” de Riobamba. Chimborazo. 2013.

### B. VARIABLES

#### 1. IDENTIFICACIÓN

- a. Características socio-demográficas.
- b. Conocimientos.
- c. Prácticas.

#### 2. DEFINICIÓN

- a. **Características socio-demográficas:** Es una técnica apta para el estudio cuantitativo de fenómenos de masa o colectivo, cuya mediación requiere una masa de observaciones de otros fenómenos más simples llamados individuales o particulares.
- b. **Conocimientos:** Entendimiento, inteligencia, razón natural. Cada una de las facultades sensoriales del ser humano en la medida en que están activas.
- c. **Prácticas:** Son mecanismos y hábitos que las personas deben poseer para tener un estado de salud equilibrado.

### 3. OPERACIONALIZACIÓN

Variable	Categoría/Escala	Indicador
<b>Características socio-demográficas.</b>	<b>Sexo</b> Hombre Mujer	% de niñas/niños según sexo.
	<b>Edad</b> 6 – 8 años 9 – 11 años 12 – 14 años	% de niñas/niños según edad.
	<b>Nivel de Escolaridad</b> Educación inicial (0-5 años) Educación primaria (6-13 años) Educación secundaria (14-16 años)	% de niñas/niños según nivel de escolaridad
<b>Conocimientos.</b>	<b>Concepto de Higiene.</b> * Correcto. * Incorrecto.	% de niñas/niños según conocimiento sobre concepto de Higiene
	<b>Concepto de Higiene Personal.</b> * Correcto. * Incorrecto.	% de niñas/niños según conocimiento de Higiene Personal.
	<b>Importancia de Higiene Personal.</b> * Correcto. * Incorrecto.	% de niñas/niños según conocimiento de la importancia de la higiene personal.
	<b>Importancia del lavado de manos después de salir del baño.</b> * Correcto * Incorrecto	% de niñas/niños según conocimiento sobre importancia del lavado de manos después de salir del baño.
	<b>Importancia del corte de las uñas de pies y manos.</b> * Correcto	% de niñas/niños según conocimiento de la importancia del corte de

	✱ Incorrecto	las uñas de pies y manos.
<b>Prácticas.</b>	<b>Material para limpiar los oídos.</b> a. Palos de madera b. Cotonetes c. Llaves d. Palos de fosforo e. Otros	% de niñas/niños según el material que utilizan para limpiar los oídos.
	<b>Material para limpiar la nariz.</b> a. Pañuelo b. Papel higiénico c. Con su ropa d. Con la mano e. Otro	% de niñas/niños según el material que utilizan para limpiar la nariz.
	<b>Frecuencia del baño.</b> a. Una vez por semana b. Dos veces por semana c. Tres veces por semana d. Todos los días	% de niñas/niños según frecuencia del baño.
	<b>Frecuencia del cortado de uñas.</b> a. Cada semana b. Cada dos semanas c. Cada tres semanas d. Cada mes y más	% de niñas/niños según frecuencia del cortado de uñas.
	<b>Veces del cepillado de los dientes al día.</b> a. No me cepillo b. Una vez c. Dos veces d. Tres veces e. Cuatro veces	% de niñas/niños según las veces que se cepillan los dientes al día.

	<p><b>Frecuencia del cambio de vestimenta a la semana.</b></p> <p>a. Cada día</p> <p>b. Cada dos días</p> <p>c. Cada tres días</p> <p>d. Cada cuatros días</p>	% de niñas/niños según frecuencia del cambio de vestimenta a la semana.
	<p><b>Frecuencia del cambio de ropa interior</b></p> <p>a. Cada día</p> <p>b. Cada dos días</p> <p>c. Cada tres días</p> <p>d. Cada cuatros días</p> <p>e. Luego de 5 días y mas</p>	% de niñas/niños según frecuencia de cambio de ropa interior.
	<p><b>Tiempo del cambio de cepillo de dientes.</b></p> <p>a. Cada dos meses</p> <p>b. Cada tres meses</p> <p>c. Cada cuatro meses</p> <p>d. Cada cinco meses</p> <p>e. Cada año</p>	% de niñas/niños según el tiempo en que cambian los cepillos de dientes.
	<p><b>Lavado de manos antes de comer.</b></p> <p>a. SI</p> <p>b. NO</p>	% de niñas/niños según lavado de manos antes de comer.
	<p><b>Materiales que utilizan para el lavado de las manos.</b></p> <p>a. Jabón y agua</p> <p>b. Solo agua</p> <p>c. Gel o alcohol</p>	% de niñas/niños según los materiales que utilizan para lavarse las manos.

#### **4. TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN**

En la ejecución de este proyecto se empleó un estudio descriptivo transversal de diseño cuasi experimental.

#### **5. GRUPO DE ESTUDIO**

El presente proyecto se aplicó en un grupo de 35 niñas y niños que acuden al Comedor Municipal del Centro de Atención Múltiple perteneciente al Patronato Municipal “San Pedro” de Riobamba.

#### **6. DESCRIPCIÓN DE PROCEDIMIENTOS**

1. Para cumplir con el objetivo 1: Se diseñó una encuesta (Ver Anexo N°1) previamente validada, en donde se incluyeron las características socio demográficas de las niñas y niños del comedor.
2. Para cumplir con el objetivo 2: Se diseñó una encuesta previamente validada con el fin de identificar los conocimientos y prácticas, que se aplicó a todas las niñas y niños del comedor, esto fue antes de iniciar el proyecto educativo.

El proceso de validación de los instrumentos se lo realizó como lo indica el Anexo N° 2, las personas que llevaron a cabo esta validación fueron docentes de la Escuela de Educación para la Salud y Profesionales del Patronato.

3. Para cumplir con el objetivo 3: Se diseñó el Proyecto sobre Higiene Personal y se coordinó con las autoridades del Centro de Atención Múltiple para la aplicación de dicho proyecto en las 35 (Ver Anexo N° 3) niñas y niños beneficiarios.

Se elaboró material educativo/didáctico en las diferentes actividades educativas que se llevó a cabo: Gráficos para pintar, sopa de letras, canciones, etc.

En la aplicación del Proyecto Educativo se utilizó una metodología Activo Participativa, ya que los niños de esta forma captaron mejor los conocimientos impartidos durante las capacitaciones.

4. Para cumplir con el objetivo 4: Se evaluó el Proyecto Educativo a través de una encuesta para ver los resultados obtenidos luego de las intervenciones educativas (Ver Anexo N° 4).

## VI. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### A. CARACTERÍSTICAS SOCIO-DEMOGRÁFICAS.

#### 1. Sexo.

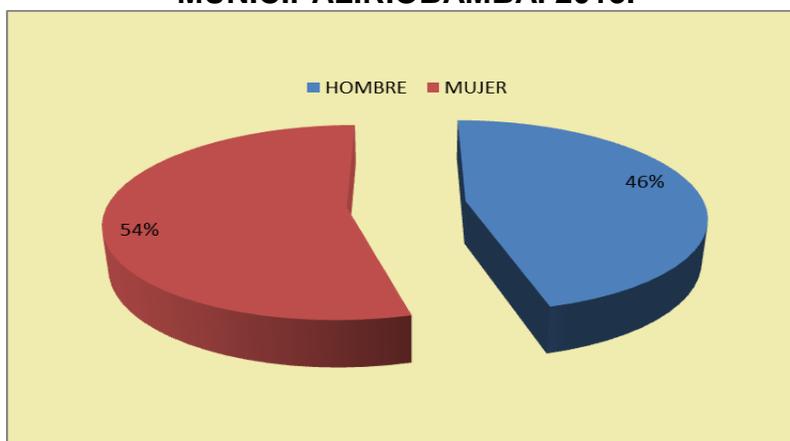
**CUADRO N° 1**  
**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN SEXO. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**

SEXO	N°	%
HOMBRE	16	46
MUJER	19	54
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

**GRÁFICO N° 1**  
**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN SEXO. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013

Con respecto al sexo el Comedor Municipal cuenta con un porcentaje poco mayor el de niñas en un 54%, comparado con el de niños que se encuentra en un 46%. Esto comprueba también las estadísticas a nivel nacional ya que en el Ecuador existen más mujeres que hombres.

## 2. Edad.

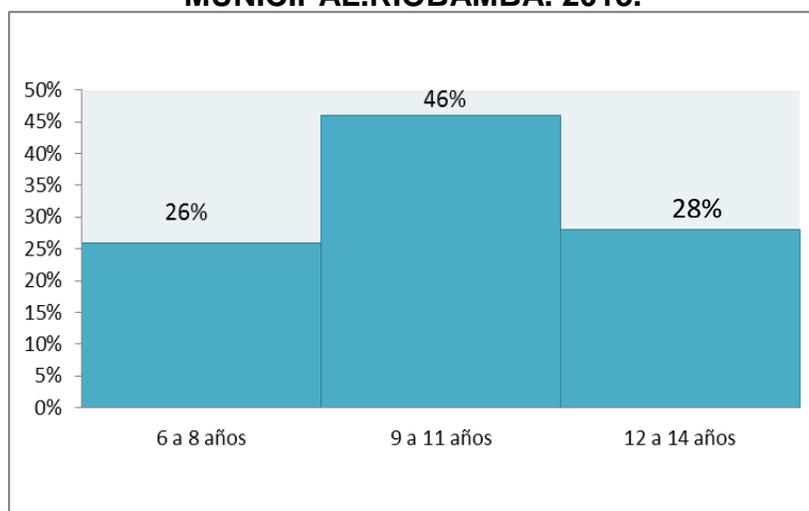
**CUADRO N° 2**  
**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN EDAD. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**

<b>EDAD</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
6 a 8 años	9	26%
9 a 11 años	16	46%
12 a 14 años	10	28%
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

**GRÁFICO N° 2**  
**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN EDAD. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

La mayor parte de niñas y niños que acuden al Comedor Municipal se puede ver que se encuentran entre los 9 a 11 años de edad equivalente a un 46%, también existen niñas/niños de 6 a 8 años con un 26% y de 12 a 14 años con el 28%. Se puede decir que estas son las edades claves donde que las niñas y niños están aptos para aprender hábitos de higiene, que les servirá durante toda la vida.

### 3. Nivel de Escolaridad.

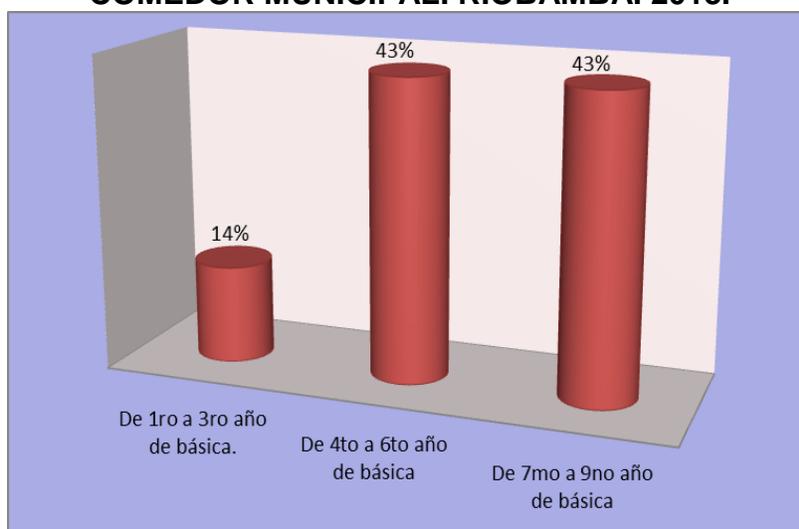
**CUADRO N° 3**  
**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS**  
**SEGÚN NIVEL DE ESCOLARIDAD. COMEDOR MUNICIPAL.**  
**RIOBAMBA. 2013.**

<b>NIVEL DE ESCOLARIDAD</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
De 1ro a 3ro año de básica.	5	14%
De 4to a 6to año de básica	15	43%
De 7mo a 9no año de básica	15	43%
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

**GRÁFICO N° 3**  
**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN NIVEL DE ESCOLARIDAD.**  
**COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

Se puede observar que acuden al Comedor Municipal niñas y niños que pertenecen a diferentes niveles de educación como es a jardines, escuelas y colegios. Pero en su mayoría corresponden desde el cuarto año de básica hasta el noveno año de básica con un 86% seguido de un 14% que pertenecen del primero año de básica al tercero año de básica.

## B. CONOCIMIENTOS.

### 1. Conocimiento sobre higiene.

CUADRO N° 4

PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN CONOCIMIENTO SOBRE CONCEPTO DE HIGIENE. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.

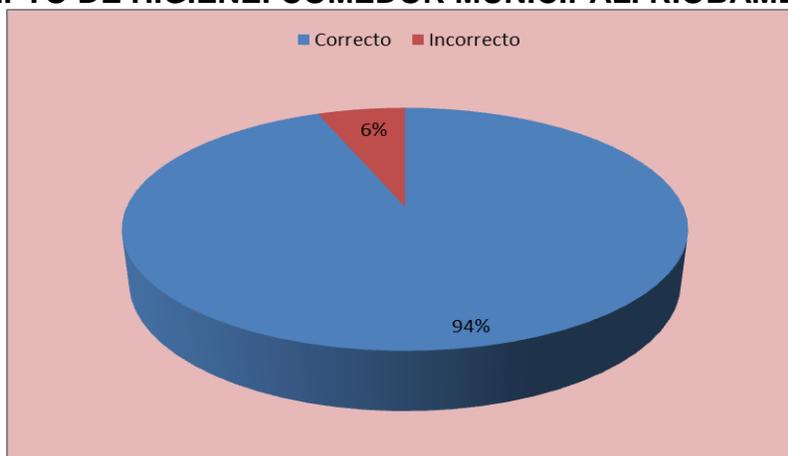
CONCEPTO DE HIGIENE	N"	%
Correcto	33	94%
Incorrecto	2	6%
TOTAL	35	100%

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

GRÁFICO N° 4

PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN CONOCIMIENTO SOBRE CONCEPTO DE HIGIENE. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

Las niñas y los niños a quienes se les aplicó la encuesta en su mayoría tienen conocimientos correctos sobre el concepto de higiene, pero no hay que dejar de lado ese 6% de niñas/niños que poseen un conocimiento incorrecto. Ya que la Higiene no es nada más que una limpieza, más no una enfermedad ni la gordura opciones incorrectas marcadas por las niñas/niños encuestados.

## 2. Conocimiento sobre higiene personal.

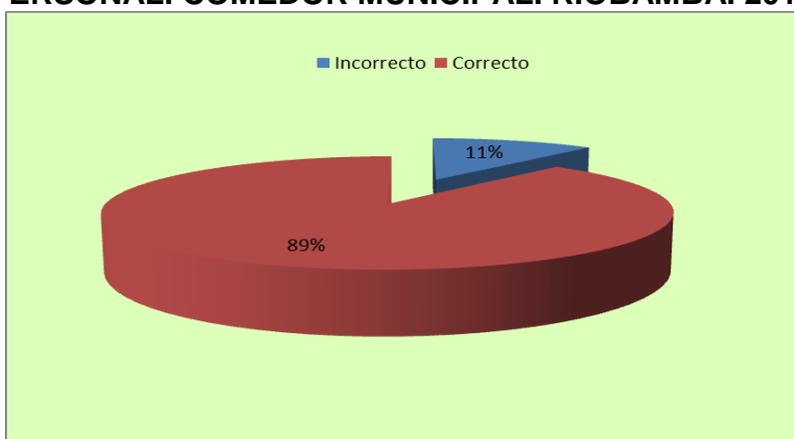
**CUADRO N° 5**  
**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN**  
**CONOCIMIENTO DE HIGIENE PERSONAL. COMEDOR MUNICIPAL.**  
**RIOBAMBA. 2013.**

<b>HIGIENE PERSONAL</b>	<b>N"</b>	<b>%</b>
Incorrecto	4	11%
Correcto	31	89%
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

**GRÁFICO N° 5**  
**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN CONOCIMIENTO DE HIGIENE**  
**PERSONAL. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

Del 100% de niñas/niños el 89% respondieron correctamente sobre el conocimiento de la higiene personal, sin embargo el 11% de ellos fueron respuestas incorrectas. Lo cual fue tomado en cuenta en la aplicación del proyecto ya que la higiene personal es una costumbre que todos debemos tener dentro de una vida saludable.

### 3. Conocimiento sobre la importancia de la Higiene Personal.

CUADRO N° 6

**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN CONOCIMIENTO DE LA IMPORTANCIA DE LA HIGIENE PERSONAL. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**

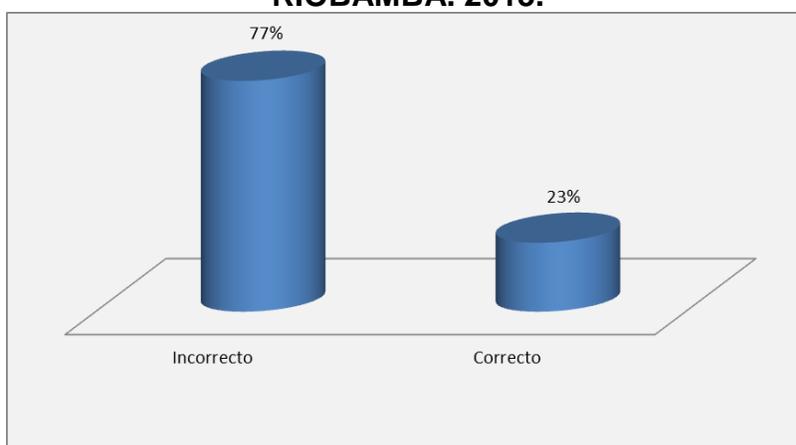
CONOCIMIENTO	N°	%
Incorrecto	27	77%
Correcto	8	23%
TOTAL	35	100%

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

GRÁFICO N° 6

**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN CONOCIMIENTO DE LA IMPORTANCIA DE LA HIGIENE PERSONAL. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

En el gráfico se puede observar que solo el 23% contestó correctamente acerca de la importancia de la higiene personal y el 77% de niñas y niños están en lo incorrecto. Es algo preocupante ya que conocer sobre la importancia que tiene la higiene personal ayuda a practicar los hábitos de higiene para de esta manera evitar problemas en la salud como, infecciones, caries, etc.

#### 4. Conocimiento sobre la importancia del lavado de manos.

CUADRO N° 7

**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN CONOCIMIENTO SOBRE LA IMPORTANCIA DEL LAVADO DE MANOS DESPUÉS DE SALIR DEL BAÑO. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**

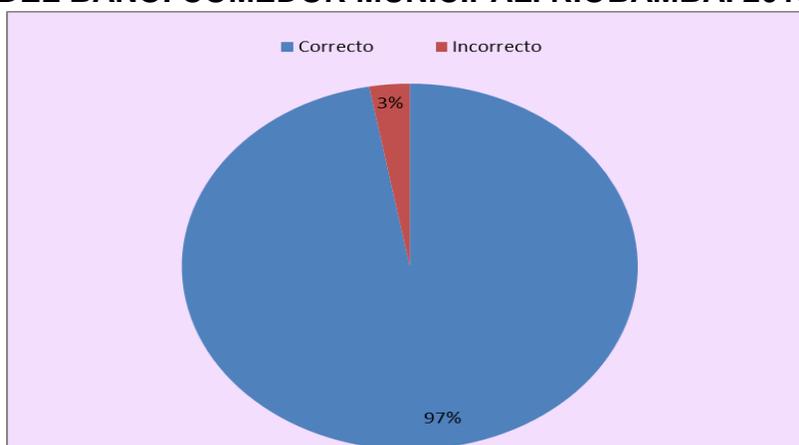
<b>IMPORTANCIA DEL LAVADO DE MANOS</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Correcto	34	97%
Incorrecto	1	3%
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

GRÁFICO N° 7

**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN CONOCIMIENTO SOBRE LA IMPORTANCIA DEL LAVADO DE MANOS DESPUÉS DE SALIR DEL BAÑO. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

Las niñas y niños que fueron encuestados casi en su totalidad piensan que si es importante lavarse las manos después de salir del baño. Pero hay niñas/niños que piensan que eso no es importante. Nuestras manos transportan millones de microbios por eso es necesario conocer la importancia del lavado de manos ya que ayudara a evitar principalmente las infecciones intestinales.

## 5. Conocimiento sobre la importancia del corte de uñas.

CUADRO N° 8

**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN CONOCIMIENTO DE LA  
IMPORTANCIA DEL CORTE DE LAS UÑAS DE PIES Y MANOS.  
COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**

<b>IMPORTANCIA</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Correcto	35	100%
Incorrecto	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

Como se puede observar es una de las preguntas correctamente contestadas en su totalidad, ya que todos las niñas/niños piensan que si es importante cortarse las uñas de pies y manos. Esto es muy beneficioso para la salud de cada niña y niño ya que al pensar de esa manera hay la esperanza que le den mayor interés en practicar este hábito de higiene, ya que en las uñas poseen bacteria que causan enfermedades estomacales como amibas y parásitos.

## C. PRÁCTICAS

### 1. Material que utilizan para limpiar los oídos.

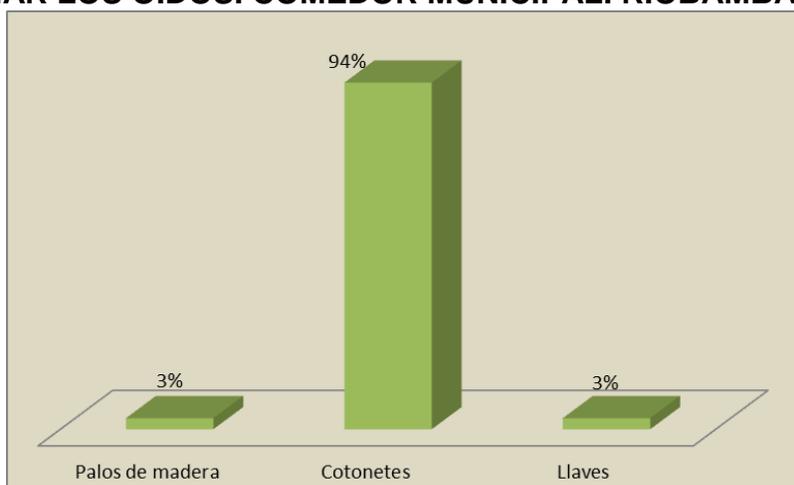
**CUADRO N° 9**  
**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN EL MATERIAL QUE UTILIZAN PARA LIMPIAR LOS OÍDOS. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**

<b>MATERIAL</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Palos de madera	1	3%
Cotonetes	33	94%
Llaves	1	3%
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

**GRÁFICO N° 9**  
**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN EL MATERIAL QUE UTILIZAN PARA LIMPIAR LOS OÍDOS. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

Los niñas/niños en un 94% contestaron que utilizan cotonetes para limpiar sus oídos material que es correcto si son los adecuados y si son utilizados correctamente ya que existe materiales que pueden perjudicar este sentido tan importante que tenemos las personas el cual nos permite escuchar, el resto de niñas/niños que utilizan materiales incorrectos están en peligro de lastimar sus oídos ya los palos de madera, las llaves y otros objetos son muy peligrosos.

## 2. Material que utilizan para limpiar la nariz.

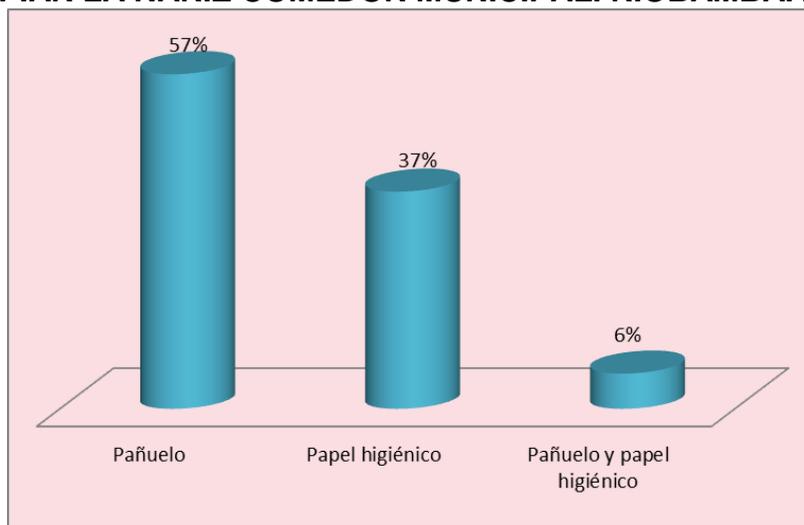
**CUADRO N° 10**  
**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN EL MATERIAL QUE UTILIZAN PARA LIMPIAR LA NARIZ. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**

<b>MATERIAL</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Pañuelo	20	57%
Papel higiénico	13	37%
Pañuelo y papel higiénico	2	6%
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

**GRÁFICO N° 10**  
**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN EL MATERIAL QUE UTILIZAN PARA LIMPIAR LA NARIZ COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

Se puede observar que todos las niñas/niños contestaron correctamente ya que dicen utilizar materiales adecuados para limpiar la nariz como es el papel higiénico y el pañuelo. Pero durante la aplicación de la encuesta se observó que la realidad es otra ya que algunas de las niñas y niños no disponían de ningún material para asear su nariz. Lo que da molestias o incomodidad a las personas que se encuentran al alrededor.

### 3. Frecuencia del baño.

**CUADRO N° 11**  
**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN**  
**FRECUENCIA DEL BAÑO. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA.**  
**2013.**

<b>VECES QUE SE BAÑAN</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Una vez por semana	4	12%
Dos veces por semana	6	17%
Tres veces por semana	6	17%
Todos los días	19	54%
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

**GRÁFICO N° 11**  
**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN FRECUENCIA DEL BAÑO.**  
**COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

En este gráfico se puede ver que las niñas/niños en un 54% se bañan todos los días, pero, un 17% se bañan tres y dos veces por semana, y un 12% se bañan una vez por semana. Un niño debería bañarse todos los días ya que siempre se encuentra en actividad que produce la sudoración y por ende el mal olor.

#### 4. Frecuencia del cortado de uñas.

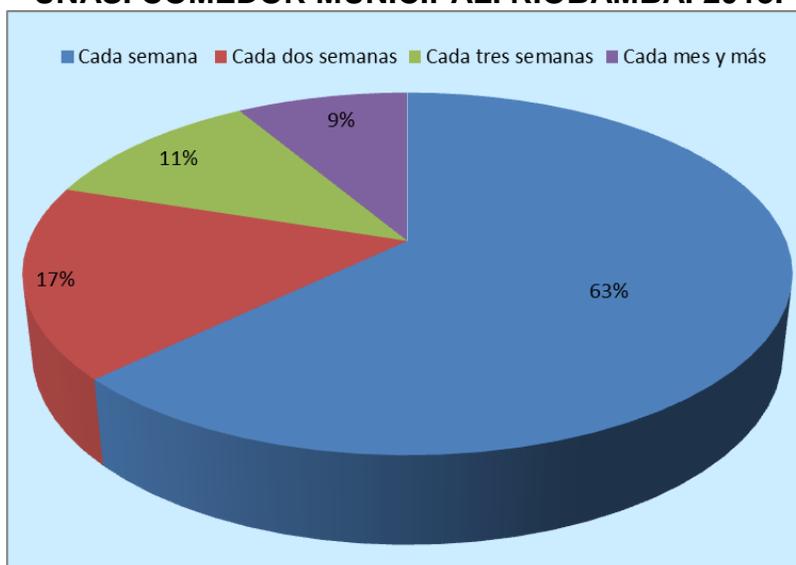
**CUADRO N° 12**  
**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN**  
**FRECUENCIA DEL CORTADO DE UÑAS. COMEDOR MUNICIPAL.**  
**RIOBAMBA. 2013.**

<b>TIEMPO EN QUE SE CORTAN LAS UÑAS</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Cada semana	22	63%
Cada dos semanas	6	17%
Cada tres semanas	4	11%
Cada mes y más	3	9%
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

**GRÁFICO N° 12**  
**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN FRECUENCIA DEL CORTADO DE**  
**UÑAS. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

En esta pregunta las niñas/niños manifiestan; el 63% que se cortan las uñas cada semana, el 17% se cortan cada dos semanas, el 11% se cortan cada tres semanas y el 9% se cortan cada mes o más. No todas las uñas crecen iguales es por eso que a unos les crece más que a otros, lo importante es tenerlas limpias y cortar cada que sea necesario para evitar la acumulación de bacterias ya que estas perjudican a nuestra salud.

## 5. Número de veces que se cepillan los dientes al día.

CUADRO N° 13

**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN  
NÚMERO DE VECES QUE SE CEPILLAN LOS DIENTES AL DÍA.  
COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**

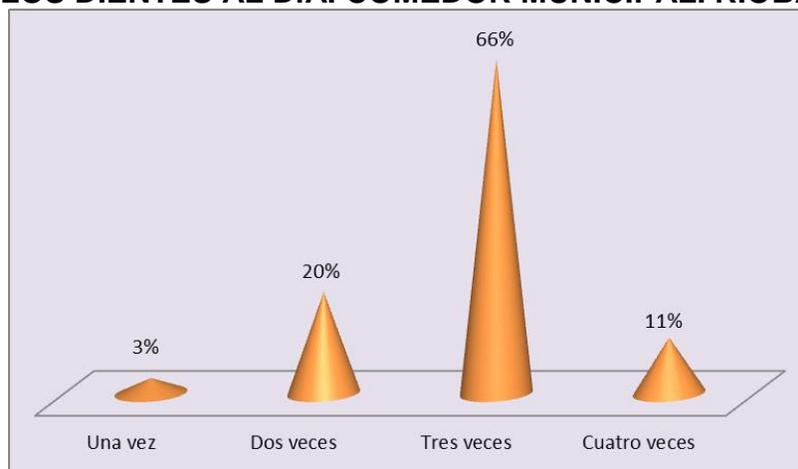
VECES QUE SE CEPILLAN	N°	%
Una vez	1	3%
Dos veces	7	20%
Tres veces	23	66%
Cuatro veces	4	11%
TOTAL	35	100%

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

GRÁFICO N° 13

**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN NÚMERO DE VECES QUE SE  
CEPILLAN LOS DIENTES AL DÍA. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

Las niñas/niños manifestaron que se cepillan los dientes el 3% una sola vez al día, el 20% dos veces al día, pero un rescatable porcentaje se cepilla tres veces al día que es el 66% y un 11% cuatro veces al día. Lo que sería correcto es que todos se cepillen los dientes tres veces al día después de cada comida. Pero lo que se pudo evidenciar al inicio de la aplicación del proyecto es que en su totalidad las niñas y niños no se cepillaban los dientes luego de servirse el almuerzo en el comedor.

## 6. Frecuencia del cambio de vestimenta a la semana.

CUADRO N° 14

PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN FRECUENCIA DEL CAMBIO DE VESTIMENTA A LA SEMANA. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.

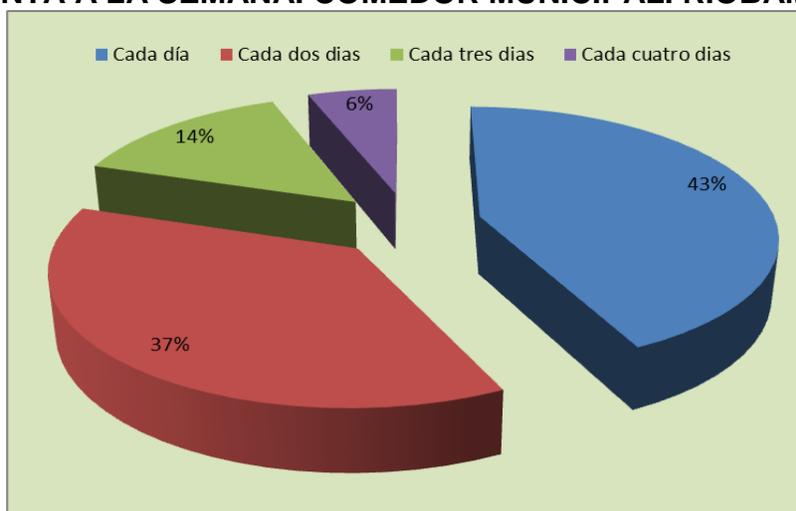
VECES QUE SE CAMBIAN DE ROPA	N°	%
Cada día	15	43%
Cada dos días	13	37%
Cada tres días	5	14%
Cada cuatro días	2	6%
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

GRÁFICO N° 14

PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN FRECUENCIA DEL CAMBIO DE VESTIMENTA A LA SEMANA. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

En esta pregunta un buen porcentaje está en lo correcto ya que el 43% de las niñas/niños dicen que se cambian de ropa cada día, seguido de un 37% cada dos días y en mínimos porcentajes se cambian de ropa cada tres días y cada cuatro días. Pero se pudo observar que las niñas y los niños no tenían una higiene correcta en su vestimenta.

## 7. Frecuencia de cambio de ropa interior.

CUADRO N° 15

**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN FRECUENCIA DE CAMBIO DE ROPA INTERIOR. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**

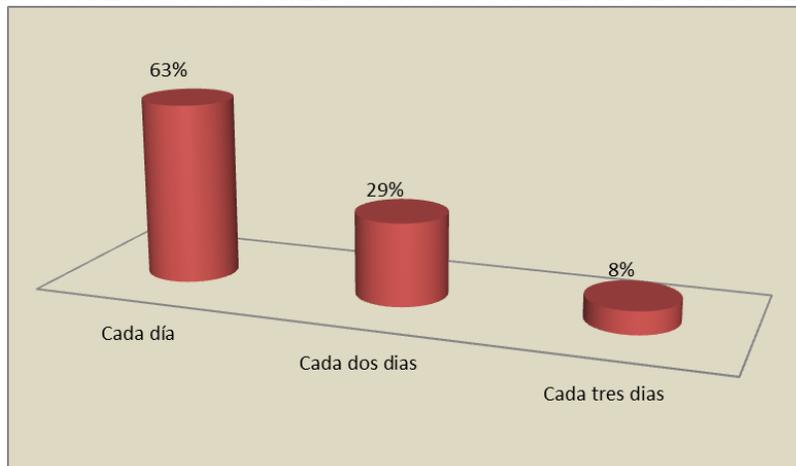
TIEMPO	N°	%
Cada día	22	63%
Cada dos días	10	29%
Cada tres días	3	8%
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

GRÁFICO N° 15

**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN FRECUENCIA DE CAMBIO DE ROPA INTERIOR. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

Se puede decir que la mayoría se cambian de ropa interior cada día, hay que manifestar también que hay niñas/niños que dicen que se cambian cada dos y tres días. Pero la realidad es otra ya que se pudo evidenciar que no era como lo decían sino, ya que al momento de los juegos se expandían olores inadecuados en las niñas y niños especialmente y de lo que se pudo ver de sus medias.

## 8. Tiempo en que cambian los cepillos de dientes.

CUADRO N° 16

### PORCENTAJE DE NIÑAS /NIÑOS SEGÚN EL TIEMPO EN QUE CAMBIAN LOS CEPILLOS DE DIENTES. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.

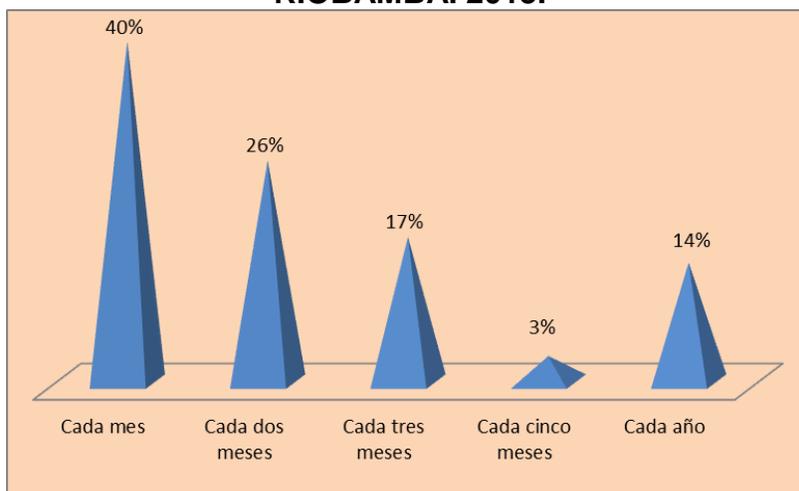
TIEMPO	N°	%
Cada mes	14	40%
Cada dos meses	9	26%
Cada tres meses	6	17%
Cada cinco meses	1	3%
Cada año	5	14%
TOTAL	35	100%

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

GRÁFICO N° 16

### PORCENTAJE DE NIÑAS /NIÑOS SEGÚN EL TIEMPO EN QUE CAMBIAN LOS CEPILLOS DE DIENTES. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

El 40% de las niñas/niños cambian sus cepillos de dientes cada mes, pero hay el 14% de niñas/niños que dicen que cambian cada año el cepillo dental. Es algo preocupante porque los cepillos deben cambiarse ya que sus cerdas se van gastando y llegan a un límite de que ya no están aptos para el aseo de los dientes, por lo menos se debe cambiar por lo menos cada dos meses.

## 9. Lavado de manos antes de comer.

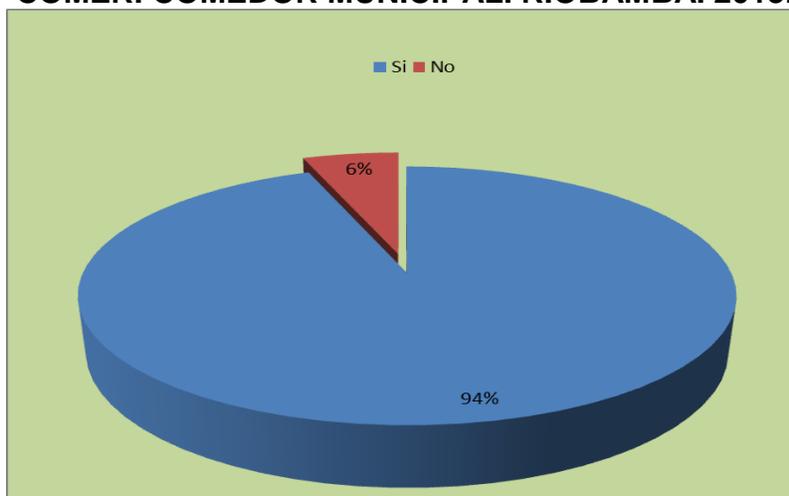
**CUADRO N° 17**  
**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN**  
**LAVADO DE MANOS ANTES DE COMER. COMEDOR MUNICIPAL.**  
**RIOBAMBA. 2013.**

<b>SE LAVAN LAS MANOS</b>	<b>N°</b>	<b>%</b>
Si	33	94%
No	2	6%
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

**GRÁFICO N° 17**  
**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN LAVADO DE MANOS ANTES DE**  
**COMER. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

Se observa que la mayoría de las niñas/niños respondieron lavarse las manos antes de comer. Pero hay un porcentaje mínimo que dicen no hacerlo. Hay que comentar que ninguna niña y ningún niño se lavaban las manos antes ni después de la comida, solo al insistir su importancia lo hacían. Ya que las manos son portadoras de bacterias que son perjudiciales para nuestra salud, aun más cuando se ingieren alimentos con las manos sucias.

## 10. Materiales que utilizan para lavarse las manos.

CUADRO N° 18

PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN LOS MATERIAL QUE UTILIZAN PARA LAVARSE LAS MANOS. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.

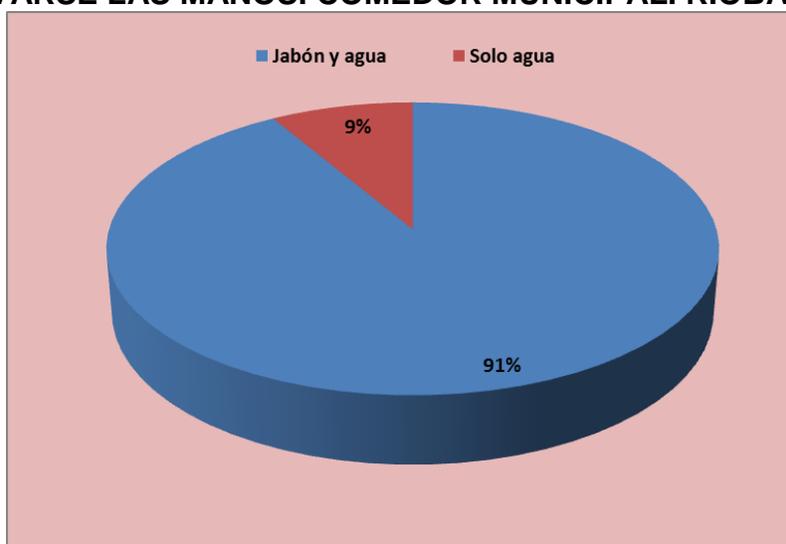
MATERIALES QUE UTILIZAN	N°	%
Jabón y agua	32	91%
Solo agua	3	9%
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

GRÁFICO N° 18

PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN LOS MATERIAL QUE UTILIZAN PARA LAVARSE LAS MANOS. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

Del 100% de las niñas/niños que se les realizó la encuesta el 91% utiliza agua y jabón para lavarse las manos y el 9% restante solo utiliza agua. En el comedor no se disponía de jabón es por tal razón que las pocas niñas/niños que se lavaban las manos solo lo hacían con agua. El solo utilizar agua no se eliminan las bacterias por eso es necesario tener lo básico que es el jabón.

## **VII. PROYECTO SOBRE HIGIENE PERSONAL EN LOS NIÑOS Y NIÑAS QUE ACUDEN AL COMEDOR DEL PATRONATO MUNICIPAL “SAN PEDRO” DE RIOBAMBA. CHIMBORAZO. 2013.**

### **1. ANTECEDENTES**

Ya en el año 2000, un informe publicado por la entidad de la Organización de Naciones Unidas para la Infancia UNICEF titulado "School Sanitation and Hygienes Education" reveló que una tercera parte de la población mundial –2400 millones de personas- tenía dificultades para el acceso a la satisfacción de la higiene básica. Según la entidad, los niños son los más vulnerables a esta situación, factor que impidió detener el avance de algunas enfermedades relacionadas con la ausencia de limpieza.

Lo más interesante de este informe radica no sólo en la relación inversa que existe entre pobreza e higiene. Lo realmente revelador es que la entidad comprende que la solución de los problemas higiénicos no está determinada –exclusivamente- por la inversión en infraestructura básica de saneamiento ambiental (agua potable, sistemas de acueducto y alcantarillado), sino por una educación integral.

La educación, según UNICEF, debe tener dos ejes centrales de desarrollo: el hogar y la escuela. El hecho que estos núcleos puedan tener una misma orientación en esta materia es el primer paso para que los niños empiecen a crear hábitos de limpieza. <sup>(23)</sup>

La promoción de la salud se nutre de muchas disciplinas y crea una innovadora teoría y práctica de salud pública que permite cumplir con metas y objetivos sociales, como conseguir comunidades e individuos que actúen más “salutogénicamente”, alcanzando mayor bienestar con equidad social.

La unión de los esfuerzos de todos los actores sociales y productivos para lograr más salud, no implica el desconocimiento de las responsabilidades de la persona en su nivel individual para con su salud y la de los demás,

pero prima el trabajo con las comunidades mediante nuevos modelos y escenarios de acción. <sup>(24)</sup>

La educación es primordial dentro del aprendizaje del ser humano, es por eso que se vio la necesidad de aplicar el presente proyecto sobre higiene personal en las niñas y niños del Comedor Municipal perteneciente al Centro de Atención Múltiple del Patronato Municipal “San Pedro de Riobamba”

El proyecto sobre Higiene Personal aplicado en las niñas y niños fue de gran aporte en beneficio del mejoramiento de conocimientos y hábitos de higiene personal, ya que luego de diseñar, aplicar y tabular los datos obtenidos se pudo verificar que las niñas y niños en un número mayor conocían los hábitos de higiene personal.

Es por esa razón que con mayor empeño se continuó aplicando este proyecto donde se puede decir que se culminó con éxito.

## 2. JUSTIFICACIÓN

La limpieza es imprescindible para un estilo de vida saludable. Los gérmenes y bacterias que puede entrar en contacto con el cuerpo a diario pueden ser peligrosos. Por lo tanto, es esencial mantener una buena higiene personal.

Además de evitar el contagio de enfermedades, la adquisición de buenos hábitos higiénicos ayuda a los niños en su proceso de inserción social entre sus padres y les brinda una sensación de seguridad e independencia. De pequeños, ellos creen que las normas de higiene son un capricho de los padres, pero con el tiempo, las aprecian.

La formación de hábitos relacionados con la higiene personal en los educandos, constituye una tarea más de la educación para la salud, de ahí la importancia que tiene la información al maestro o profesor sobre este tema. La higiene personal se define como el conjunto de medidas y normas que deben cumplirse individualmente para lograr y mantener una presencia física aceptable, un óptimo desarrollo físico y un adecuado estado de salud. Las acciones que deben ejecutarse para obtener una higiene personal adecuada, comprenden la práctica sistemática de las medidas higiénicas que debemos aplicar para mantener un buen estado de salud.

La higiene personal es un hábito cotidiano que se debe poner en práctica para cuidar nuestra salud, y más aún en las niñas/niños que se encuentran en la etapa de aprender donde se les puede sembrar hábitos correctos sobre higiene personal, por esta razón, luego de los resultados obtenidos del diagnóstico en el Comedor Municipal, se dio mucha importancia en aplicar el proyecto sobre Higiene Personal, con la meta de mejorar los conocimientos y de esta manera motivar a que se realice correctamente las prácticas.

### **3. OBJETIVOS**

#### **3.1. OBJETIVO GENERAL**

Mejorar los conocimientos sobre higiene personal en las niñas y niños que acuden al Comedor Municipal. Cantón Riobamba. Chimborazo 2013.

#### **3.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

1. Adecuar y utilizar el rincón de aseo.
2. Elaborar material educativo sobre higiene personal.
3. Aplicar talleres educativos sobre higiene personal.
4. Evaluar el proyecto educativo.

#### **4. MARCO INSTITUCIONAL**

##### **4.1. ASPECTO GEOGRÁFICO DEL LUGAR**

**Provincia:** Chimborazo.

**Cantón:** Riobamba.

**Dirección Patronato Municipal:** Bolívar Chiriboga y Heriberto Merino Esq.

**Teléfono:** 2940069

**E-Mail:** patronato@municipioderiobamba.gob.ec

**Dirección Centro de Atención Múltiple:** Av. Roma y Bucarest.

**Teléfono:** 2 626 702

##### **4.2. DINÁMICA POBLACIONAL**

Los beneficiarios del presente proyecto sobre higiene personal fueron 35 niñas y niños que reciben alimentación y refuerzo pedagógico en el Comedor Municipal del Centro de Atención Múltiple.

##### **4.3. MISIÓN**

Garantizar el desarrollo del pleno potencial de los grupos de atención prioritaria del cantón Riobamba, con el cumplimiento de los derechos a través de la gestión de acuerdos y alianzas, que permitan articular los esfuerzos para optimizar los recursos en beneficio de los grupos prioritarios de atención.

##### **4.4. VISIÓN**

Contribuir al desarrollo integral de los grupos prioritarios de atención del cantón Riobamba, a través de programas y proyectos mediante la participación ciudadana y autoría social, generando desarrollo comunitario centrado en el ejercicio y exigibilidad de los derechos de los mismos, logrando el fortalecimiento institucional a través de la credibilidad de la población atendida.

#### 4.5. ORGANIZACIÓN ADMINISTRATIVA

El Patronato Municipal “SAN PEDRO DE RIOBAMBA” tiene autoridades que han trabajado en beneficio de los habitantes de la ciudad especialmente de los grupos más vulnerables, a través de programas y proyectos.

Dicha institución está dirigida principalmente por:

Lic. Juan Salazar. **Alcalde de Riobamba**

Econ. Mariela Hidalgo. **Presidenta del Patronato.**

Sra. Isabel Romero. **Directora Ejecutiva del Patronato.**

Dentro de los proyectos que ofrece ésta institución es el Centro de Atención Múltiple, el mismo que brinda varios servicios uno de ellos es el Comedor Municipal donde se desarrolló el presente Proyecto de Higiene Personal con las niñas y niños que asisten.

Coordinadores del Centro de Atención Múltiple-Comedor Municipal:

Dra. Lorena Amaguaya. **Coordinadora del Centro**

Lcda. Paulina Garzón. **Coordinadora del Comedor**

Dr. Luis Terán. **Coordinador del Centro**

#### 4.6. CARACTERÍSTICAS BIOFÍSICAS.

En el albergue del MIES funciona el centro de atención múltiple pero actualmente pertenece estos albergues a la secretaria nacional de gestión de riesgos.

Este espacio físico cuenta con 5 naves de las mismas solo 4 son utilizadas por el centro de atención múltiple y están distribuidas de la siguiente manera:

- En la primera nave funciona la oficina principal del centro, el área de manualidades, computación y belleza.
- En la segunda nave la cocina y el comedor donde las niñas y niños reciben el almuerzo.

- En la tercera nave se brinda el servicio de aeróbicos y bailo terapia.
- Y en la cuarta nave se da el refuerzo pedagógico a las niñas y niños que acuden al comedor.

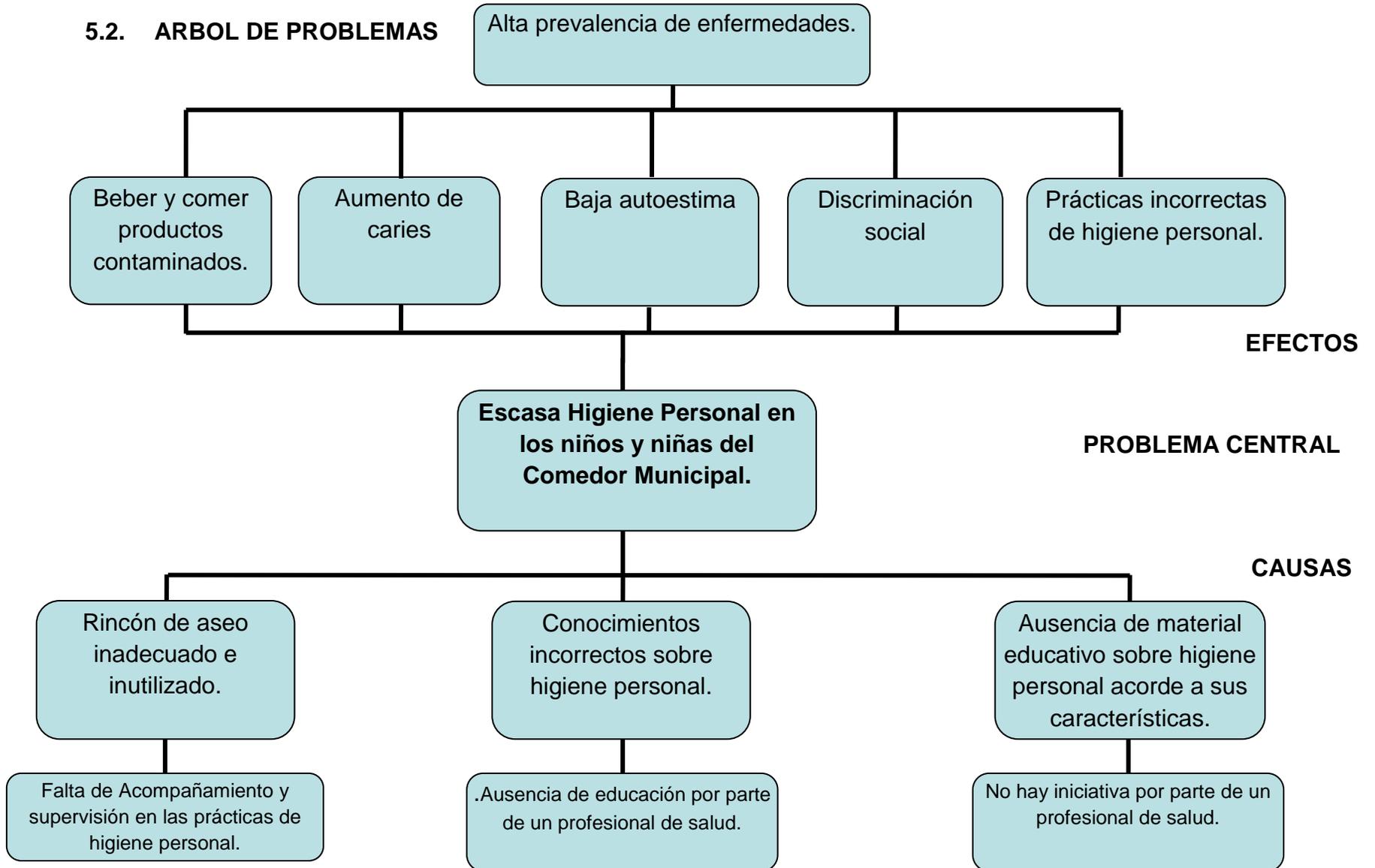
Dichas naves se encuentran dentro de un cerramiento realizado por cuenta de la municipalidad de Riobamba, y cuenta con espacios verdes a su alrededor.

## 5. DISEÑO METODOLÓGICO

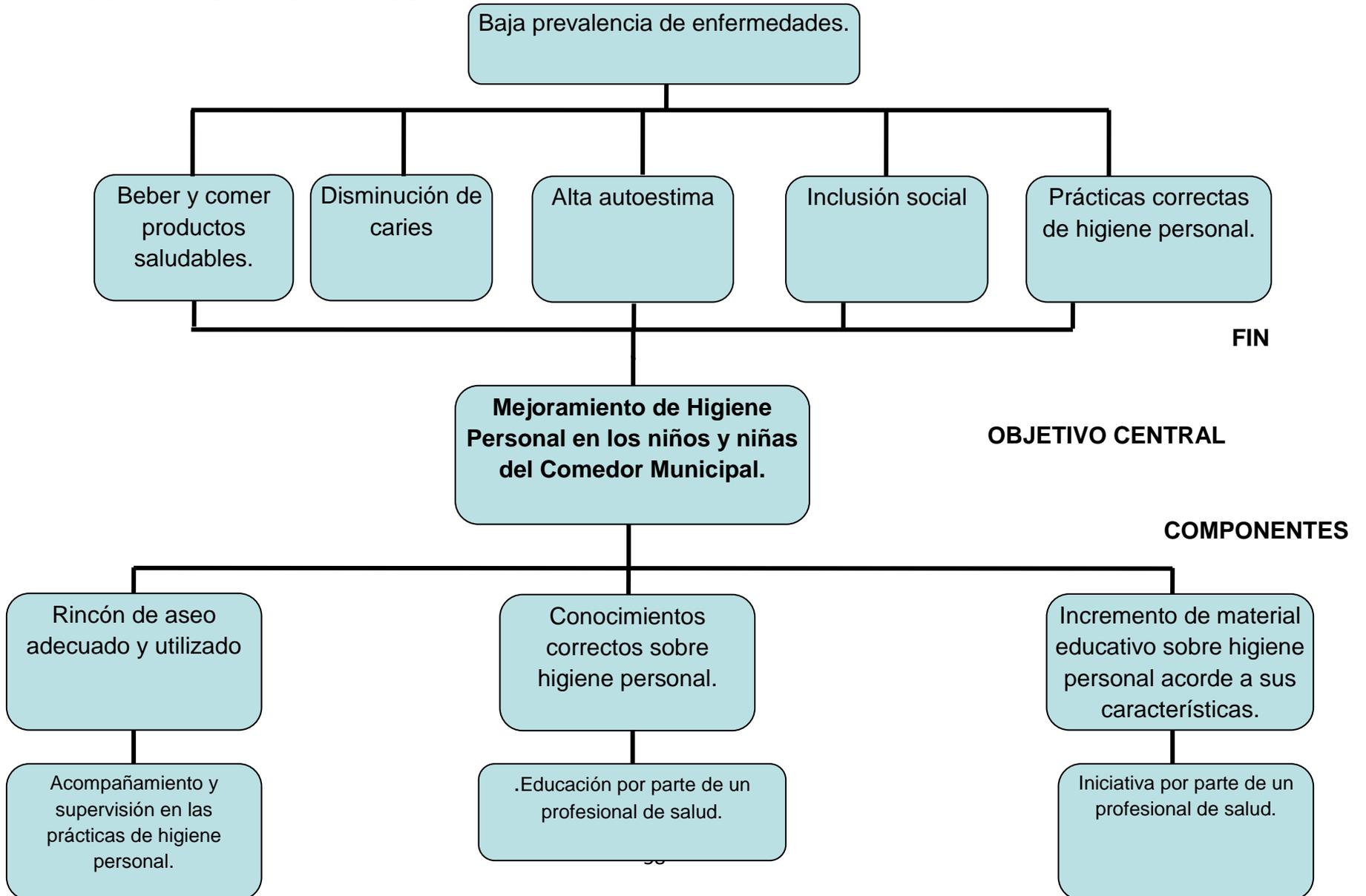
### 5.1. MATRIZ DE INVOLUCRADOS

<b>GRUPOS/ INSTITUCIONES</b>	<b>INTERESES</b>	<b>RECURSOS Y MANDATOS</b>	<b>PROBLEMAS PERCIBIDOS</b>
NIÑOS Y NIÑAS QUE ASISTEN AL COMEDOR MUNICIPAL	Alimentar correctamente los conocimientos sobre Higiene Personal.	Recurso Humano Decisión de asistir. Interés en participar	Falta de conocimientos sobre higiene personal.
Autoridades del Patronato Municipal.	Que se ejecute proyectos para mejorar hábitos de higiene personal en las niñas/niños del comedor municipal.	Infraestructura Horarios para la ejecución del proyecto. Convocatoria a las niñas/niños. Alimentación.	Interés de mejorar los hábitos de higiene personal en las niñas y niños.
Personal que preparan los alimentos (almuerzo).	Tener un ambiente agradable en el lugar donde se sirven los alimentos.	Alimentación.	Falta de una buena apariencia física.

## 5.2. ARBOL DE PROBLEMAS



### 5.3. ARBOL DE OBJETIVOS



#### 5.4. MARCO LÓGICO

RESUMEN NARRATIVO	INDICADORES	MEDIOS DE VERIFICACIÓN	SUPUESTOS
<p><b>FIN</b></p> <p>Niños y niñas del comedor municipal con mejores prácticas de higiene personal.</p>	<p>35 niñas y niños han mejorado en un 100 % sus conocimientos sobre higiene personal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Niños y niñas beneficiarios.</li> <li>• Realidad.</li> <li>• Encuesta Final</li> </ul>	<p>Asistencia de los niños y niñas.</p>
<p><b>Propósito</b></p> <p>Mejorada la higiene personal de los niños y niñas.</p>	<p>La falta de conocimientos sobre Higiene Personal en los niños y niñas disminuida al 0%. Incorporando hábitos correctos de higiene.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Encuesta Final</li> </ul>	<p>Falta de utensilios de aseo personal. Motivación de los niños y niñas.</p>
<p><b>Componente 1</b></p> <p>Se ha logrado adecuar y utilizar el rincón de aseo.</p>	<p>El 80% de los utensilios de aseo fueron completados en el rincón de aseo, los mismos que son utilizados en las prácticas de higiene.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fotos.</li> </ul>	<p>Motivación por el uso.</p>

<p><b>Actividades del Componente N° 1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arreglo del Rincón de aseo.</li> <li>• Instalar un dispensador de jabón líquido y dos jaboneras.</li> <li>• Dotar de materiales de aseo disponibles en la institución. (cepillos, pastas)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se realizó el arreglo necesario en el área de aseo ya que no se encontraba en buenas condiciones.</li> <li>• Se instaló un dispensador de jabón en el área del lavamanos.</li> <li>• El 90% de niñas y niños recibieron nuevos cepillos dentales y pasta.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fotos</li> <li>• Registro entrega de cepillos y pasta..</li> </ul>	<p>Falta de materiales de aseo.</p> <p>Falta de interés en las niñas/niños de practicar hábitos correctos de higiene.</p>
---	---	---	---

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dotar de jabón durante la ejecución del proyecto.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se donó aproximadamente 10 jabones para que sean utilizados por lo menos durante la ejecución del proyecto.</li> </ul>		
<p><b>Componente 2</b> Se implementó material educativo sobre higiene personal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se implementó gigantografías sobre higiene personal.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fotos</li> </ul>	<p>Falta de materiales educativos.</p>
<p><b>Actividades del Componente N° 2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Elaboración de un juego llamado “Camino a la Higiene Personal”</li> <li>• Donar material</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se elaboró y se donó el juego llamado “Camino a la Higiene Personal”</li> <li>• Se donaron 7 carteles sobre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fotos</li> </ul>	<p>Falta de motivación.</p>

<p>educativo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Colocar los materiales educativos en lugares visibles.</li> </ul>	<p>higiene personal que fueron colocados en lugares visibles de la institución como fue; en el comedor en él lava manos, en los servicios higiénicos y en el área pedagógica.</p>		
<p><b>Componente 3</b> Se ha logrado un buen nivel de conocimientos sobre higiene personal en las niñas y niños del comedor municipal.</p>	<p>100% de los niños y niñas recibieron conocimientos y un 80% prácticas en higiene personal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informe de capacitaciones.</li> <li>• Fotos.</li> </ul>	<p>Asistencia de las niñas/niños a los talleres y a las prácticas.</p>
<p><b>Actividades del Componente N° 3</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Intervenciones educativas sobre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 7 planes de capacitación realizados.</li> <li>• De forma</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Planes de capacitaciones e informes.</li> </ul>	<p>Interés en aprender hábitos de higiene.</p>

<p>higiene personal.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Convivencias, Acompañamiento y Supervisión en las prácticas del lavado de manos y el cepillado de dientes (Ver Anexo N°8).</li> <li>• Apoyo pedagógico.</li> </ul>	<p>voluntaria se convivió con las niñas y niños 3 veces a la semana los lunes, miércoles y viernes, en un periodo de 6 meses.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• De forma voluntaria durante las convivencias se apoyó en la realización de las tareas a las niñas y niños. Para de esta manera seguir trabajando en</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fotos</li> </ul>	<p>Asistencia de las niñas y niños.</p>
--	---	---	---

	el tema sobre higiene.		
<b>Actividades de la evaluación del proyecto.</b>			
1. Diseño de instrumentos para la evaluación.	Instrumentos de evaluación diseñados.	Instrumentos de evaluación.	
2. Aplicación de instrumentos.	100% de instrumentos aplicados.	Fotografías. Instrumentos llenos.	
3. Procesamiento de datos.	100% de datos procesados.	Estadísticas.	
4. Análisis y sistematización de resultados.	100% de información analizados y sistematizados.	Informe.	

## **6. EVALUACIÓN.**

### **6.1. Adecuar y utilizar el rincón de aseo. (Ver Anexo N° 5)**

Se adecuó el rincón de aseo limpiando y ordenando los utensilios de higiene dental, de esta manera se utilizó los utensilios de aseo olvidados (el cepillo, la pasta y las tasas).

Se implementó un dispensador lleno de jabón líquido y dos jaboneras.

Se dotó de utensilios de aseo disponibles en el comedor ya que muchos ya estaban acabados y algunos no lo tenían los utensilios necesarios para la higiene de los dientes.

Se donó y se utilizó en la aplicación del proyecto 10 jabones para el lavado de las manos.

### **6.2. Elaborar material educativo. (Ver Anexo N° 6)**

Se elaboró material educativo sobre higiene personal como; cartel sobre el cepillado correcto de los dientes, cartel sobre el aseo corporal, cartel sobre las caries dentales, cartel sobre el lavado de manos, un cartel “hoy aprendo a cuidar mi higiene”, un juego llamado “el camino a la higiene personal”, un cartel sobre manitos limpias, un cartel sobre la higiene en los servicios higiénicos.

### **6.3. Aplicar talleres educativos. (Ver Anexo N° 7)**

Durante la aplicación del proyecto sobre higiene personal se desarrolló los siguientes planes de clase. Posteriormente se puede observar los resultados.

## PLAN DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE HIGIENE

### 1. DATOS INFORMATIVOS.

**Lugar:** Comedor Municipal.

**Grupo beneficiado:** Niños y Niñas del Comedor

**Educadora Responsable:** Srta. Priscila Guadalupe.

**Fecha:** 04-01-2013.

**Tiempo:** 30 min.

### 2. OBJETIVOS DE LA INTERVENCIÓN:

- Explicar sobre el concepto básico de Higiene.
- Indicar el concepto básico de Higiene Personal.
- Mencionar los beneficios de la Higiene Personal.

ACTIVIDADES	TIEMPO	RECURSOS
<p><b>1. Presentación del tema a tratar.</b></p> <p>Se realizará por parte de la Educadora.</p>	3 min.	<p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✿ Coordinador del Comedor Municipal.</li> <li>✿ Educadora para la Salud.</li> <li>✿ Niños(as) del Comedor Municipal.</li> </ul> <p><b>Tecnológicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✿ Laptop.</li> <li>✿ Proyector.</li> <li>✿ Cámara.</li> </ul> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✿ Hojas de papel boom.</li> </ul> <p><b>Refrigerio:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Manzanas.</li> </ul>
<p><b>2. Charla Educativa- Participativa. sobre:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Concepto básico de Higiene.</li> <li>➤ Concepto Básico de Higiene Personal.</li> <li>➤ Beneficios de la Higiene Personal.</li> </ul>	15 min.	
<p><b>3. GRÁFICOS PARA PINTAR. (Ver anexo N° 9)</b></p>	7 min	
<p><b>4. REFRIGERIO:</b></p>	5 min	
<b>TOTAL</b>	30 min.	

## **DESARROLLO DEL PLAN DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE “HIGIENE”**

### **1. PRESENTACIÓN DE LA FACILITADORA.**

Se realizó la presentación del tema a tratar dando a conocer que la presencia es para compartir conocimientos con el objetivo de mejorar los conocimientos de cada niño y niña a través de la aplicación del proyecto.

### **2. CHARLA EDUCATIVA – PARTICIPATIVA.**

El marco teórico referente a Higiene, Higiene Personal y sus Beneficios se explicó aclarando las inquietudes y escuchando los conocimientos de los niños y niñas respecto al tema.

En esta charla educativa se explicó lo siguiente:

- Concepto básico de Higiene
- Concepto básico de Higiene Personal
- Beneficios de la Higiene Personal

### **3. GRÁFICOS PARA PINTAR.**

Luego de la charla se procedió a entregar hojas con gráficos a todas las niñas y niños, las mismas que fueron pintadas de acuerdo al gusto de cada niña y niño; y a la vez se explicó su importancia.

### **4. REFRIGERIO:**

Los niños y niñas recibieron manzanas como refrigerio que fue brindado gentilmente por parte del Coordinador del Comedor Municipal.

Al finalizar con la intervención se agradeció muy amablemente al coordinador por la oportunidad de compartir momentos con los niños(as) y en sí se agradeció a todos los niños y niñas por su atención, colaboración y participación en esta intervención, que se pudo llevar a cabo sin ninguna dificultad.

## PLAN DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE ACTIVIDADES QUE INCLUYEN EL ASEO PERSONAL

### 1. DATOS INFORMATIVOS.

**Lugar:** Comedor Municipal.

**Grupo beneficiado:** Niños y Niñas del Comedor

**Fecha:** 11-01-2013.

**Educadora Responsable:** Srta. Priscila Guadalupe.

**Tiempo:** 30 min.

### 2. OBJETIVOS DE LA SEGUNDA PARTE DE LA INTERVENCIÓN:

- Indicar las actividades que incluyen el aseo personal.
- Mencionar sobre el aseo de la piel.
- Mencionar sobre el aseo del cabello.

ACTIVIDADES	TIEMPO	RECURSOS
<p><b>1. Presentación del tema a tratar.</b></p> <p>Se realizará por parte de la Educadora.</p>	5 min	<p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✿ Coordinador del Comedor Municipal.</li> <li>✿ Educadora para la Salud.</li> <li>✿ Niños(as) del Comedor Municipal.</li> </ul> <p><b>Tecnológicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✿ Laptop.</li> <li>✿ Proyector.</li> <li>✿ Cámara.</li> </ul> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✿ Hojas de papel boom.</li> </ul>
<p><b>2. Charla Educativa- Participativa. sobre:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Actividades que incluyen la higiene personal.</li> <li>➤ Aseo de la piel</li> <li>➤ Aseo del cabello</li> </ul>	15 min.	
<p><b>3. Canción sobre Higiene del Cuerpo. (Ver Anexo N° 10)</b></p>	5 min	
<p><b>4. Sopa de letras.</b></p> <p>1-Sopa de letras sobre higiene personal.</p>	5 min	
<b>TOTAL</b>	30 min.	

## **DESARROLLO DEL PLAN DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE “ACTIVIDADES QUE INCLUYE LA HIENE PERSONAL”**

### **1. PRESENTACIÓN DE LA FACILITADORA.**

Se presentó el tema a tratar a todas las niñas y niños presentes, pidiendo su respectiva atención y colaboración.

### **2. CHARLA EDUCATIVA – PARTICIPATIVA.**

El marco teórico referente a las actividades que incluye la higiene personal se explicó aclarando las inquietudes que tenían los niños y niñas respecto al tema.

En esta charla educativa se explicó lo siguiente:

- Actividades que incluyen la higiene personal.
- Aseo de la piel
- Aseo del cabello.

### **3. CANCIÓN SOBRE HIGIENE DEL CUERPO.**

A continuación se entregó hojas con canciones especialmente sobre higiene del cuerpo y gracias a la colaboración de cada niña y niño se procedió a compartir y a cantar junto a ellos. También se les entregó hojas con sopa de letras en la cual se divirtieron mucho.

Al culminar se agradeció a todos los niños y niñas por su atención, colaboración y participación en esta intervención, que se pudo llevar a cabo.

## PLAN DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE ASEO DE LOS OÍDOS Y ASEO DE LA NARÍZ

### 1. DATOS INFORMATIVOS.

**Lugar:** Comedor Municipal.

**Grupo beneficiado:** Niños y Niñas del Comedor

**Educadora Responsable:** Srta. Priscila Guadalupe.

**Fecha:** 18-01-2013.

**Tiempo:** 30 min.

### 2. OBJETIVOS DE LA INTERVENCIÓN:

- Explicar sobre el aseo de los oídos
- Exponer sobre el aseo de la nariz.

ACTIVIDADES	TIEMPO	RECURSOS
<p><b>1. Presentación del tema a tratar.</b></p> <p>Se realizará por parte de la Educadora.</p>	5 min.	<p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✱ Coordinador del Comedor Municipal.</li> <li>✱ Educadora para la Salud.</li> <li>✱ Niños(as) del Comedor Municipal.</li> </ul> <p><b>Tecnológicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✱ Laptop.</li> <li>✱ Proyector.</li> <li>✱ Cámara.</li> </ul> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✱ Hojas de papel boom.</li> </ul>
<p><b>2. Charla Educativa- Participativa. sobre:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✱ Aseo de los oídos.</li> <li>✱ Aseo de la nariz.</li> </ul>	15 min.	
<p><b>3. Sopa de letras.</b></p> <p>2-Sopa de letras Higiene Personal.</p>	10 min	
<b>TOTAL</b>	30 min.	

## **DESARROLLO DEL PLAN DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE “ASEO DE LOS OÍDOS Y ASEO DE LA NARÍZ”**

### **1. PRESENTACIÓN DE LA FACILITADORA.**

Se expuso el tema a tratar a todas las niñas y niños, pidiendo la respectiva colaboración e interés.

### **2. CHARLA EDUCATIVA – PARTICIPATIVA.**

El marco teórico referente al aseo de los oídos y aseo de la nariz se explicó aclarando a los presentes sobre la importancia de cada tema.

En esta charla educativa se explicó lo siguiente:

- ✿ El aseo de los oídos
- ✿ El aseo de la nariz

### **3. SOPA DE LETRAS.**

A todos los presentes se les entregó hojas con sopa de letras sobre higiene personal, para que de esta manera la charla no sea aburrida.

Para terminar con la charla se felicitó a todas las niñas y niños por el trabajo realizado y por la colaboración.

## PLAN DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE ASEO DE LOS DIENTES

### 1. DATOS INFORMATIVOS.

**Lugar:** Comedor Municipal.

**Grupo beneficiado:** Niños y Niñas del Comedor

**Educadora Responsable:** Srta. Priscila Guadalupe.

**Fecha:** 25-01-2013.

**Tiempo:** 30 min.

### 2. OBJETIVOS DE LA INTERVENCIÓN:

- Indicar sobre el aseo de los dientes
- Enumerar la técnica correcta del cepillado de dientes.
- Mencionar las consecuencias de la mala higiene dental.

ACTIVIDADES	TIEMPO	RECURSOS
<p><b>1. Presentación del tema a tratar.</b></p> <p>Se realizará por parte de la Educadora.</p>	5 min.	<p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✿ Coordinador del Comedor Municipal.</li> <li>✿ Educadora para la Salud.</li> <li>✿ Niños(as) del Comedor Municipal.</li> </ul> <p><b>Tecnológicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✿ Laptop.</li> <li>✿ Proyector.</li> <li>✿ Cámara.</li> </ul> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✿ Hojas de papel boom.</li> </ul>
<p><b>2. Charla Educativa- Participativa. sobre:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✿ Aseo de los dientes</li> <li>✿ Técnica correcta del cepillado de dientes.</li> <li>✿ Consecuencias de la mala higiene dental.</li> </ul>	15 min.	
<p><b>3. Canción sobre Higiene de los Dientes. (Ver Anexo N° 10)</b></p>	5 min	
<p><b>4. Video Foro.</b></p> <p>“A lavarse los dientes”</p>	5 min	
<b>TOTAL</b>	30 min.	

## **DESARROLLO DEL PLAN DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE “ASEO DE LOS DIENTES”**

### **1. PRESENTACIÓN DE LA FACILITADORA.**

Se expuso el tema a tratar a todas las niñas y niños, pidiendo la respectiva colaboración e interés.

### **2. CHARLA EDUCATIVA – PARTICIPATIVA.**

El marco teórico referente al aseo de los dientes se explicó de forma interesante ya que cada niño participaba con ideas respecto al tema.

En esta charla educativa se explicó lo siguiente:

- ✿ El aseo de los dientes
- ✿ La técnica correcta del cepillado de dientes.
- ✿ Las consecuencias de la mala higiene dental.

### **3. CANCIÓN SOBRE HIGIENE DE LOS DIENTES.**

Luego se les entregó a todos los presentes hojas con la canción sobre la higiene de los dientes donde de igual manera se pudo cantar gracias al interés de las niñas y niños presentes.

### **4. VIDEO FORO. “A lavarse los dientes”**

Para culminar, se les presentó el video como parte de distracción recalcando la importancia del aseo de los dientes, agradeciendo a los niños y niñas.

A igual que las anteriores ésta intervención pudo terminar con satisfacción ya que fue un tema de mucho interés para las niñas y niños presentes.

## PLAN DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE ASEO DE LAS MANOS Y DE LOS PIES

### 1. DATOS INFORMATIVOS.

**Lugar:** Comedor Municipal.

**Grupo beneficiado:** Niños y Niñas del Comedor

**Fecha:** 01-02-2013.

**Educadora Responsable:** Srta. Priscila Guadalupe.

**Tiempo:** 30 min.

### 2. OBJETIVOS DE LA INTERVENCIÓN:

- Indicar sobre el aseo de las manos y de los pies.
- Mencionar la técnica correcta para el lavado de las manos.

ACTIVIDADES	TIEMPO	RECURSOS
<p><b>1. Presentación del tema a tratar.</b></p> <p>Se realizará por parte de la Educadora.</p>	5 min.	<p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✿ Coordinador del Comedor Municipal.</li> <li>✿ Educadora para la Salud.</li> <li>✿ Niños(as) del Comedor Municipal.</li> </ul> <p><b>Tecnológicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✿ Laptop.</li> <li>✿ Proyector.</li> <li>✿ Cámara.</li> </ul> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✿ Hojas de papel boom.</li> </ul>
<p><b>2. Charla Educativa- Participativa. sobre:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✿ Aseo de la manos y de los pies</li> <li>✿ Técnica correcta para el lavado de manos.</li> </ul>	15 min.	
<p><b>3. Canción sobre Higiene de las manos. (Ver Anexo N° 10)</b></p>	5 min	
<p><b>4. Video Foro</b></p> <p>"A lavarse las manitos".</p>	5 min	
<b>TOTAL</b>	30 min.	

## **DESARROLLO DEL PLAN DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE “ASEO DE LAS MANOS Y DE LOS PIES”**

### **1. PRESENTACIÓN DE LA FACILITADORA.**

Se expuso el tema a tratar a todas las niñas y niños, pidiendo la respectiva participación e interés.

### **2. CHARLA EDUCATIVA – PARTICIPATIVA.**

El marco teórico referente al aseo de los dientes se explicó de forma interesante ya que cada niño participaba con ideas respecto al tema.

En esta charla educativa se explicó lo siguiente:

- ✿ El aseo de las manos y de los pies
- ✿ La técnica correcta para el lavado de manos.

### **3. CANCIÓN SOBRE HIGIENE DE LAS MANOS.**

Luego se les entrego a todos los presentes hojas con la canción sobre la higiene de las manos donde de igual manera se pudo cantar gracias al interés de las niñas y niños presentes.

### **4. VIDEO FORO. “A lavarse las manitos”**

Como incentivo para dar por terminada la intervención, se les puso el video y luego se agradeció a los niños y niñas por tan valiosa colaboración. Ésta intervención gracias a los presente e llevo a cabo con regularidad.

## PLAN DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE ASEO DE LA VESTIMENTA Y ASEO DEL JUEGO

### 1. DATOS INFORMATIVOS.

**Lugar:** Comedor Municipal.

**Grupo beneficiado:** Niños y Niñas del Comedor

**Educadora Responsable:** Srta. Priscila Guadalupe.

**Fecha:** 08-02-2013.

**Tiempo:** 30 min.

### 2. OBJETIVOS DE LA INTERVENCIÓN:

- Explicar sobre el aseo de la vestimenta.
- Indicar sobre el aseo del juego.

ACTIVIDADES	TIEMPO	RECURSOS
<p><b>1. Presentación del tema a tratar.</b></p> <p>Se realizará por parte de la Educadora.</p>	5 min.	<p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✿ Coordinador del Comedor Municipal.</li> <li>✿ Educadora para la Salud.</li> <li>✿ Niños(as) del Comedor Municipal.</li> </ul> <p><b>Tecnológicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✿ Laptop.</li> <li>✿ Proyector.</li> <li>✿ Cámara.</li> </ul> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✿ Hojas de papel boom.</li> </ul> <p>Refrigerio:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✿ Sandía.</li> </ul>
<p><b>2. Charla Educativa- Participativa. sobre:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✿ Aseo de la vestimenta.</li> <li>✿ Aseo del juego</li> </ul>	15 min.	
<p><b>3. Gráficos para pintar. (Ver Anexo N° 11)</b></p>	5 min	
<p><b>4. Refrigerio</b></p>	5 min	
<b>TOTAL</b>	30 min.	

## **DESARROLLO DEL PLAN DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE “ASEO DE LA VESTIMENTA Y DEL JUEGO”**

### **1. PRESENTACIÓN DE LA FACILITADORA.**

Se dio a conocer sobre el tema a exponer recalcando que los conocimientos que van a obtener serán para beneficio de la salud de cada uno de las niñas y niños presentes.

### **2. CHARLA EDUCATIVA – PARTICIPATIVA.**

El marco teórico referente al aseo de la vestimenta se lo realizó con agrado ya que hubo la participación de las niñas y niños con sus diferentes inquietudes y opiniones

En esta charla educativa se explicó lo siguiente:

- ✿ El aseo de la vestimenta
- ✿ El aseo del juego

### **3. GRÁFICOS PARA PINTAR.**

A todas las niñas y niño se les entregó hojas con gráficos para que pinten, los mismos que lo hicieron según el conocimiento de cada uno de ellos presentes.

### **4. REFRIGERIO”**

Como agradecimiento se les dio a todas las niñas y niños, sandias con la colaboración del coordinador del centro. Ésta intervención gracias a los presente se terminó con gran satisfacción de haber aportado una vez más en beneficio de la salud de las niñas y niños.

## PLAN DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE CAUSA DE LAS ENFERMEDADES PARASITARIAS

### 1. DATOS INFORMATIVOS.

**Lugar:** Comedor Municipal.

**Grupo beneficiado:** Niños y Niñas del Comedor

**Fecha:** 15-02-2013.

**Educadora Responsable:** Srta. Priscila Guadalupe.

**Tiempo:** 30 min.

### 2. OBJETIVOS DE LA INTERVENCIÓN:

- Exponer sobre las causas de las enfermedades parasitarias.
- Mencionar las recomendaciones sobre la higiene personal

ACTIVIDADES	TIEMPO	RECURSOS
<p><b>1. Presentación del tema a tratar.</b></p> <p>Se realizará por parte de la Educadora.</p>	5 min.	<p><b>Humanos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✱ Coordinador del Comedor Municipal.</li> <li>✱ Educadora para la Salud.</li> <li>✱ Niños(as) del Comedor Municipal.</li> </ul> <p><b>Tecnológicos:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✱ Laptop.</li> <li>✱ Proyector.</li> <li>✱ Cámara.</li> </ul> <p><b>Materiales:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✱ Hojas de papel boom.</li> </ul>
<p><b>2. Charla Educativa- Participativa. sobre:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✱ Causas de las enfermedades parasitarias.</li> <li>✱ Recomendaciones sobre la higiene personal,</li> </ul>	15 min.	
<p><b>3. Gráficos para pintar. (Ver Anexo N° 12)</b></p>	10 min	
<b>TOTAL</b>	30 min.	

## **DESARROLLO DEL PLAN DE INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE LAS CAUSAS DE LAS ENFERMEDADES PARASITARIAS**

### **1. PRESENTACIÓN DE LA FACILITADORA.**

Se presentó el último tema con respecto a las intervenciones educativas, recalcando que se continuará con el proyecto y en el transcurso del mismo, se seguirá incrementando los conocimientos sobre higiene para el beneficio de la salud de los beneficiarios.

### **2. CHARLA EDUCATIVA – PARTICIPATIVA.**

El marco teórico referente a las causas de las enfermedades parasitarias, se lo expuso con más fuerza ya que era el principio de una grande labor.

En esta charla educativa se explicó lo siguiente:

- ✿ Causas de las enfermedades parasitarias.
- ✿ Recomendaciones sobre la higiene.

### **3. GRÁFICOS PARA PINTAR.**

Se les entregó a todas las niñas y niño hojas con gráficos para que pinten, los mismos que lo hicieron según el gusto de cada uno de ellos presentes, donde que se continuó agregando la importancia de cada dibujo.

Se agradeció muy cariñosamente a todas y cada una de las niñas y niños por el buen comportamiento, interés, colaboración y participación que pusieron en todas las intervenciones. Manifestándoles que el objetivo del proyecto es incrementar sus conocimientos sobre higiene y de esta manera mejorar su salud.

### 6.3.1. CONOCIMIENTO SOBRE HIGIENE

TABLA N° 1

**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN CONOCIMIENTOS SOBRE HIGIENE.  
COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013**

CONOCIMIENTOS	ANTES DEL PROYECTO		DESPUÉS DEL PROYECTO	
	N°	%	N°	%
<b>Correctos</b>	33	94%	35	100%
<b>Incorrectos</b>	2	6%	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013.

GRÁFICO N° 2

**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN CONOCIMIENTOS SOBRE HIGIENE.  
COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013**



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013

Se puede ver que con la aplicación del proyecto se logró subir un 6% de los conocimientos sobre higiene en las niñas y niños del comedor municipal.

### 6.3.2. CONOCIMIENTO SOBRE HIGIENE PERSONAL

TABLA N° 2

PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN CONOCIMIENTOS SOBRE HIGIENE PERSONAL. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013

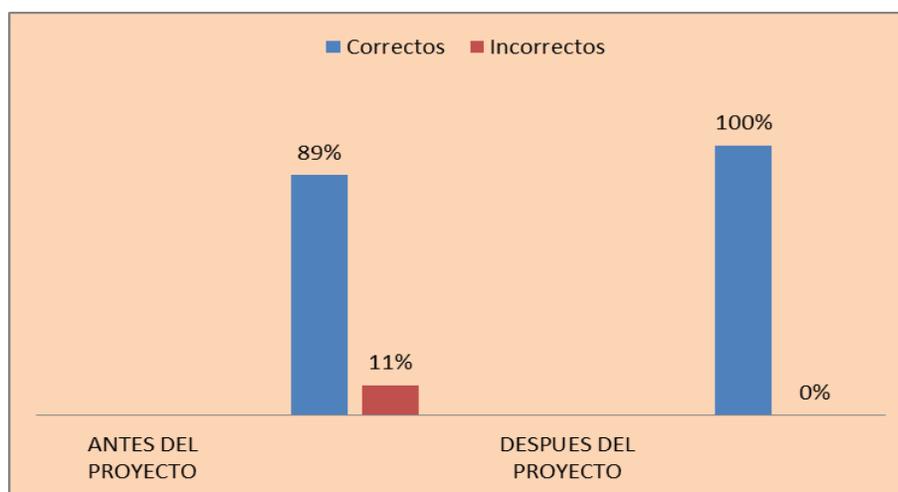
CONOCIMIENTOS	ANTES DEL PROYECTO		DESPUÉS DEL PROYECTO	
	N°	%	N°	%
Correctos	31	89%	35	100%
Incorrectos	4	11%	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013

GRÁFICO N°2

PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN CONOCIMIENTOS SOBRE HIGIENE PERSONAL. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013

En el gráfico se observa que con las intervenciones educativas se ha logrado aumentar un 11% los conocimientos sobre higiene personal.

### 6.3.3. CONOCIMIENTO SOBRE IMPORTANCIA DE LA HIGIENE PERSONAL

TABLA N° 3

PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN CONOCIMIENTOS SOBRE LA IMPORTANCIA DE LA HIGIENE PERSONAL. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013

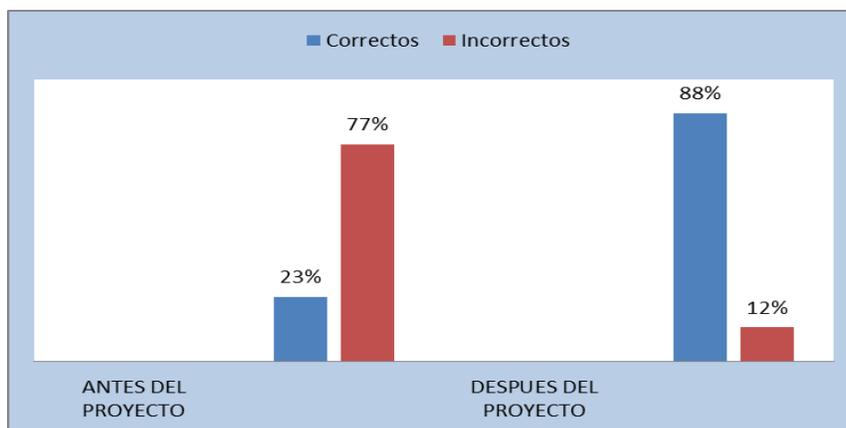
CONOCIMIENTOS	ANTES DEL PROYECTO		DESPUÉS DEL PROYECTO	
	N°	%	N°	%
Correctos	8	23%	31	88%
Incorrectos	27	77%	4	12%
TOTAL	35	100%	35	100%

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013

GRÁFICO N° 3

PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN CONOCIMIENTOS SOBRE LA IMPORTANCIA DE LA HIGIENE PERSONAL. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013

Se puede ver que se logró subir del 23% a un 88% sobre los conocimientos de la importancia de la higiene personal.

### 6.3.4. CONOCIMIENTO SOBRE IMPORTANCIA DEL LAVADO DE MANOS

TABLA N° 4

PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN CONOCIMIENTOS SOBRE LA IMPORTANCIA DEL LAVADO DE MANOS. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013

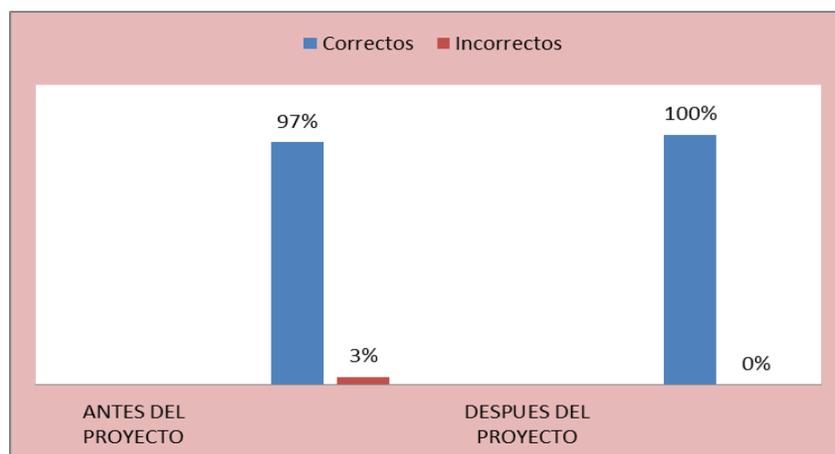
CONOCIMIENTOS	ANTES DEL PROYECTO		DESPUÉS DEL PROYECTO	
	N°	%	N°	%
Correctos	34	97%	35	100%
Incorrectos	1	3%	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013

GRÁFICO N° 4

PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN CONOCIMIENTOS SOBRE LA IMPORTANCIA DEL LAVADO DE MANOS. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013

Se puede observar que se subió al 100% los conocimientos de las niñas y niños sobre la importancia del lavado de manos.

**6.3.5. CONOCIMIENTO DE LA IMPORTANCIA DEL CORTE DE UÑAS.**

**TABLA N° 5**

**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN CONOCIMIENTOS SOBRE LA IMPORTANCIA DEL CORTE DE UÑAS. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013**

CONOCIMIENTOS	ANTES DEL PROYECTO		DESPUÉS DEL PROYECTO	
	N°	%	N°	%
<b>Correctos</b>	35	100%	35	100%
<b>Incorrectos</b>	0	0%	0	0%
<b>TOTAL</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>	<b>35</b>	<b>100%</b>

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.  
Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013

**GRÁFICO N°5**

**PORCENTAJE DE NIÑAS/NIÑOS SEGÚN CONOCIMIENTOS SOBRE LA IMPORTANCIA DEL CORTE DE UÑAS. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013**



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.  
Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013

Como se puede ver se pudo mantener al 100% los conocimientos sobre la importancia del corte de las uñas durante la aplicación del proyecto sobre higiene.

## 6.4. RESULTADOS GLOBALES SOBRE HIGIENE

TABLA N° 1

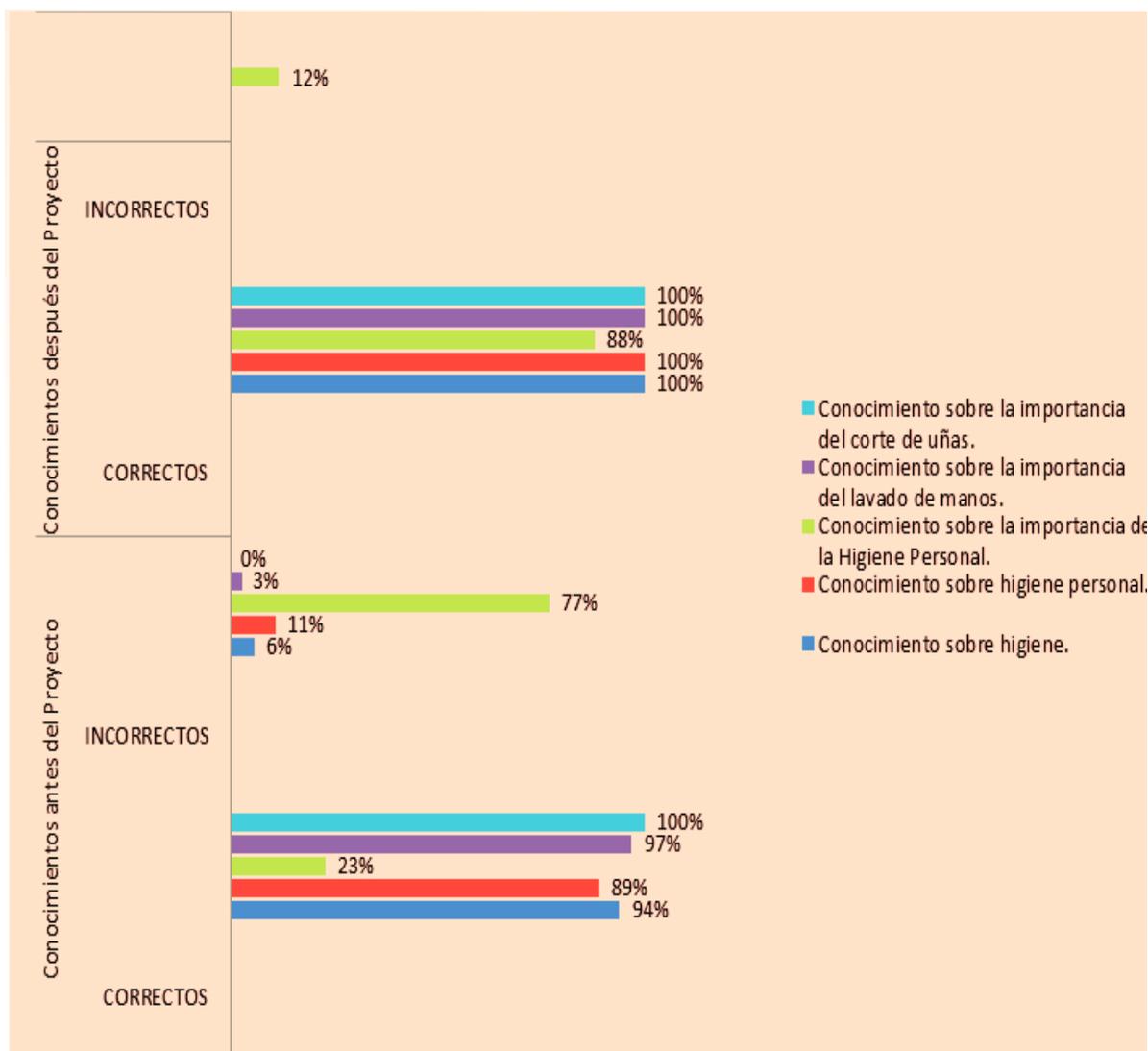
**PORCENTAJES GLOBALES DE LAS NIÑAS Y NIÑOS SEGÚN  
CONOCIMIENTOS SOBRE HIGIENE ANTES Y DESPUÉS DEL PROYECTO.  
COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**

	Conocimientos antes del Proyecto				Conocimientos después del Proyecto			
	CORRECTOS		INCORRECTOS		CORRECTOS		INCORRECTOS	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
<b>Conocimiento sobre higiene.</b>	33	94%	2	6%	35	100%	0	0%
<b>Conocimiento sobre higiene personal.</b>	31	89%	4	11%	35	100%	0	0%
<b>Conocimiento sobre la importancia de la Higiene Personal.</b>	8	23%	27	77%	31	88%	4	12%
<b>Conocimiento sobre la importancia del lavado de manos.</b>	34	97%	1	3%	35	100%	0	0%
<b>Conocimiento sobre la importancia del corte de uñas.</b>	35	100%	0	0%	35	100%	0	0%

Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.

Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013

**GRÁFICO N° 1**  
**PORCENTAJES GLOBALES DE LAS NIÑAS Y NIÑOS SEGÚN**  
**CONOCIMIENTOS SOBRE HIGIENE ANTES Y DESPÚES DEL PROYECTO.**  
**COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2013.**



Fuente: Encuesta Aplicada. 2013.  
 Elaborado: Irma Priscila Guadalupe Calderón. 2013

En este gráfico se puede ver los contenidos de conocimientos sobre los diferentes temas de higiene, en donde consta el nivel de conocimientos antes de la capacitación y después de la capacitación con los respectivos porcentajes de respuestas correctas e incorrectas.

## VIII. CONCLUSIONES

- ✿ El presente trabajo fue arduo y permanente con un total de treinta y cinco niñas y niños que acuden al comedor municipal quienes fueron los beneficiarios de dicho proyecto.
- ✿ Al aplicar la encuesta se describió las características socio-demográficas de las niñas y niños, donde se contaron con 19 mujeres y 16 hombres, con una edad desde los 6 a los 14 años (de 6 a 8 años 9 niñas(os), de 9 a 11 años 16 niñas(os), de 12 a 14 años 10 niñas(os). Los mismos que pertenecen desde el 1er año de básica al 9no año de básica.
- ✿ A través de la encuesta se identificó que los conocimientos del grupo de estudio eran buenos ya que conocían sobre los conceptos básicos de higiene personal, pero de la misma manera se identificó que las prácticas eran regulares ya que desconocían el momento adecuado y las veces en que deben realizar cada hábito.
- ✿ Al diseñar y aplicar el presente Proyecto dirigido a las niñas y niños, sobre los principales temas de Higiene Personal, durante el cual se utilizaron diferentes estrategias y metodologías en las diferentes capacitaciones, y que permitió total colaboración de los beneficiarios, se observó que practicaban hábitos como el lavado de manos y el cepillado de dientes de forma incorrecta, pero a través de las diferentes intervenciones educativas durante la ejecución del proyecto se logró que las niñas y los niños mejoren sus conocimientos y lo que es mejor pongan en práctica los hábitos de forma adecuada.

## IX. RECOMENDACIONES

- ✿ Las autoridades de esta institución deberían seguir apoyando o deberían implementar este tipo de proyectos ya que permiten primeramente crear hábitos correctos y mejorar el estado de salud de las personas en especial de las niñas y niños que acuden al comedor municipal.
- ✿ Es necesario seguir capacitando en estos temas de salud; higiene del cuerpo, higiene de los dientes, higiene de las manos, higiene de la ropa y zapatos y otros temas que sean necesarios para las niñas y niños, pero no solo a las niñas y niños sino también a las madres y padres de familia, ya que los hábitos también provienen de la familia.
- ✿ Se debería proveer de utensilios de aseo como toallas individuales para manos y jabón ya que se palpó la realidad de que las niñas y niños se lavaban las manos solo con agua por no disponer de jabón y además no tenían en que secarse.
- ✿ Que se continúe entregando pastas y cepillos cuando se vea la necesidad de cambiar los que están siendo utilizados, para de esta manera se realice un cepillado de dientes adecuados.
- ✿ Las autoridades y personal encargado en el comedor municipal de las niñas y niños deben seguir motivando y acompañando para que continúen practicando un aseo adecuado y de esta manera continuar creando hábitos de higiene personal.

## X. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

### 1. HIGIENE (NIÑOS).

<http://www.edicionesbob.com>

2012-09-20

### 2. HÁBITOS DE HIGIENE (IMPORTANCIA).

<http://www.vivirsalud.com/>

2012-09-15

### 3. WOOLF, R.C. Entender a su hijo. Barcelona. Parramón.2004

### 4. HIGIENE PERSONAL.

<http://www.tebytib.com/gest>

2012-09-16

### 5. Ghazoul, F. Guía Básica. Higiene y Cuidado del Cuerpo: Maletín Educativo de Salud. Dirección General de Promoción, Prevención y Atención Primaria. Mendoza. Argentina (en línea).

<http://www.salud.mendoza.gov.ar/maletin>

2012-09-16

### 6. HIGIENE PERSONAL (CONCEPTO).

<http://www.ecured.cu/index.php>

2012-09-20

### 7. HÁBITOS DE HIGIENE.

**Ghazoul, F.** Guía Básica. Higiene y Cuidado del Cuerpo: Maletín Educativo de Salud. Dirección General de Promoción, Prevención y Atención Primaria. Mendoza. Argentina (en línea).

<http://www.salud.mendoza.gov.ar/maletin>

2012-09-15

### 8. HIGIENE PERSONAL.

<http://www.buenastareas.com/>

2012-09-19

**9. REVOLUCIÓN HIGIÉNICA.**

<http://www.portalplanetasedna.com>

2012-09-20

**10. HIGIENE PERSONAL. (HISTORIA)**

<http://www.ecured.cu/index>.

2012-09-25

**11. LA HIGIENE.**

<http://www.bvsde.paho.org/bvsdeescuelas/>

2012-09-25

**12. ASEO PERSONAL.**

<http://www.muheresaqui.com/cuidado-personal>

2012-08-28

**13. HIGIENE PERSONAL**

[http://www.seg-social.es/ism/gsanitaria\\_es/](http://www.seg-social.es/ism/gsanitaria_es/)

2012-08-24

**14. HÁBITOS DE HIGIENE**

<http://ficus.pntic.mec.es>

2012-08-28

**15. HÁBITOS DE HIGIENE**

<http://www2.sepdf.gob.mx/>

2013-01-24

**16. BENEFICIOS DE HIGIENE.**

<http://www.oswaldokaram.info/>

2013-01-18

**17. ASEO PERSONAL Y SALUD**

<http://www.salonhogar.net/Salones/Ciencias/>

2013-01-20

**18. TÉCNICA CORRECTA DEL CEPILLADO DE DIENTES**

<http://cuidadoinfantil.net/>

2013-01-18

**19. TÉCNICA CORRECTA PARA EL LAVADO DE MANOS**

<http://www.debgroup.com/es/>

2013-01-20

**20. CAUSAS DE LAS ENFERMEDADES PARASITARIAS**

<http://www.rena.edu.ve/SegundaEtapa/ciencias/parasitosis.html>

2013-01-13

**21. CONSECUENCIAS DE LA MALA HIGIENE DENTAL**

<http://implantesdental.biz/consecuencias-de-la-mala-higiene-dental/>

2013-01-13

**22. THOMAS J.** Educación para la Salud. Medidas de prevención en las caries. Fundación Pro Juventute y la Sociedad Suiza de Medicina Preventiva en Colaboración con los Cuerpos Docentes. Buenos Aires. 1976.

**23. EDUCACIÓN ES EL FACTOR MÁS IMPORTANTE**

<http://www.buenasalud.com/>

2013-01-17

**24. RESTREPO. H.** Promoción de la Salud. Cómo construir vida saludable. Editorial Médica Panamericana. Colombia. 2002.

## XI. ANEXOS

### ANEXO N° 1-4

#### ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO

#### FACULTAD SALUD PÚBLICA

#### ESCUELA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD

#### ENCUESTA SOBRE HIGIENE PERSONAL

Queridos niños(as) soy estudiante de la ESPOCH reciban un atento saludo, estoy realizando un proyecto por lo que solicito información en cuanto a higiene personal, será de gran ayuda para llevar a cabo el proyecto. Esta encuesta será de tipo reservado por lo solicito su seriedad y sinceridad.

#### CARACTERÍSTICAS SOCIO-DEMOGRÁFICAS

1. **Edad:**  años
2. **Sexo:** Hombre  Mujer
3. **Nivel de Escolaridad:**
  - a. De 1ro a 3ro año de básica.
  - b. De 4to a 6to año de básica
  - c. De 7mo a 9no año de básica
  - d. De 10mo a más

**ENCIERRA EN UN CÍRCULO LO CORRECTO.**

#### CONOCIMIENTOS.

1. ¿Qué es la higiene?

a. Gordura.



b. Limpieza



c. Enfermedad



**2. ¿Qué entiendes por higiene personal?**

- a. Mala alimentación
- b. Hábitos correctos de aseo
- c. Consumo de alcohol

**3. ¿Por qué crees que es importante la higiene personal?**

- a. Es para conservar la salud y prevenir enfermedades.
- b. Para estar limpios.
- c. Para vernos mejor.
- d. Todas las anteriores
- e. Ninguna de las anteriores.

**4. ¿Crees que es importante el lavado de manos después de salir del baño?**

- a. SI
- b. NO



Por qué? \_\_\_\_\_

**5. ¿Consideras que es importante cortarse las uñas de pies y manos?**

- a. SI
- b. NO



Por qué? \_\_\_\_\_

**PRÁCTICAS.**

**1. ¿Qué material utilizas para limpiar tus oídos?**

- a. Palos de madera
- b. Cotonetes
- c. Llaves
- d. Palos de fosforo
- e. Otros



Cuáles. \_\_\_\_\_

**2. ¿Qué material utilizas para limpiar tu nariz?**

- a. Pañuelo
- b. Papel higiénico
- c. Con su ropa
- d. Con la mano
- e. Otro cuál? \_\_\_\_\_



**3. ¿Cuántas veces te bañas?**

- a. Una vez por semana
- b. Dos veces por semana
- c. Tres veces por semana
- d. Todos los días



**4. ¿Cada qué tiempo te cortas las uñas?**

- a. Cada semana
- b. Cada dos semanas
- c. Cada tres semanas
- d. Cada mes y más



**5. ¿Cuántas veces te cepillas los dientes al día?**

- a. No me cepillo
- b. Una vez
- c. Dos veces
- d. Tres veces
- e. Cuatro veces



**6. ¿Cuántas veces te cambias de ropa a la semana?**

- a. Cada día
- b. Cada dos días
- c. Cada tres días
- d. Cada cuatro días



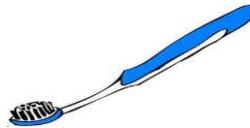
**7. ¿Cada qué tiempo te cambias de ropa interior?**

- a. Cada día
- b. Cada dos días
- c. Cada tres días
- d. Cada cuatro días
- e. Luego de 5 días y mas



**8. ¿Cada qué tiempo cambias de cepillo de dientes?**

- a. Cada mes
- b. Cada dos meses
- c. Cada tres meses
- d. Cada cuatro meses
- e. Cada cinco meses
- f. Cada año



**9. ¿Te lavas las manos antes de comer?**

- a. SI
- b. NO

**10. ¿Que materiales utilizas para el lavado de las manos?**

- a. Jabón y agua
- b. Solo agua
- c. Gel o alcohol



**GENIAL GRACIAS POR TU VALIOSA AYUDA.**

## ANEXO N° 2

### GUÍA PARA LA EVALUACIÓN POR EXPERTOS DE LA ENCUESTA DE CONOCIMIENTOS Y PRÁCTICAS SOBRE HIGIENE PERSONAL DIRIGIDO A LOS NIÑOS Y NIÑAS DEL “COMEDOR MUNICIPAL DEL PATRONATO SAN PEDRO DE RIOBAMBA”.

Nombre del Experto:.....

Ocupación:.....

Institución:.....

De mi consideración:

Como estudiante de la Escuela de Educación para la Salud de la ESPOCH, pretendo identificar los conocimientos, prácticas que poseen los niños y niñas del Comedor Municipal sobre higiene personal.

Por lo que es necesario previo a la aplicación de la encuesta someter a una validación de contenido. Sabiendo de su amplio conocimiento en el tema y trayectoria profesional en la Educación para la Salud solicito de la manera más comedida valide el instrumento según su criterio.

La consolidación general de todas sus opiniones permitirá hacer el análisis y llegar a la confección de la encuesta la misma que permitirá alcanzar el objetivo propuesto.

Por la acogida que usted brinde a la presente anticipo mi sincero agradecimiento.

Atentamente.

I. Priscila Guadalupe C.

**Estudiante de Promoción y Cuidados para la Salud.**

## INSTRUCTIVO

1.- El documento que se le envía, es la primera versión de la encuesta, en la cual me permitirá identificar variables de investigación como características generales, conocimientos y prácticas sobre Higiene Personal en los niños y niñas del Comedor Municipal del Patronato San Pedro de Riobamba.

2.- En la guía de evaluación por expertos, se toman en cuenta las cuatro propiedades básicas expuestas por Moriyama, que son muy utilizadas para la valoración de los test:

- **Claridad en la estructura:** Si la pregunta se expresa claramente y tiene coherencia.
- **Justificación de la información:** Si se justifica la inclusión de la pregunta para medir el campo o la variable en estudio.
- **Razonable y Comprensible:** Si se entiende la pregunta en relación a lo que se pretende medir.
- **Importancia de la información:** Si a partir de las respuestas se puede obtener información que ayude a cumplir con los objetivos de la investigación.

3.- Se debe asignar en el formulario de validación adjunto un valor de acuerdo a la siguiente escala.

Bien = (1)

Regular = (2)

Mal = (3)

4.- Si usted considera que algo debería modificarse o añadirse favor indicarlo en observaciones.

## FORMULARIO DE VALIDACIÓN

CRITERIOS PREGUNTAS	Claridad de la estructura	Justificación de la información	Razonable y comprensible	Importancia de la información
<b>Características</b>				
<b>Demográficas</b>				
1	.....	.....	.....	.....
2	.....	.....	.....	.....
3	.....	.....	.....	.....
<b>Conocimientos</b>				
1	.....	.....	.....	.....
2	.....	.....	.....	.....
3	.....	.....	.....	.....
4	.....	.....	.....	.....
5	.....	.....	.....	.....
<b>Prácticas</b>				
1	.....	.....	.....	.....
2	.....	.....	.....	.....
3	.....	.....	.....	.....
4	.....	.....	.....	.....
5	.....	.....	.....	.....
6	.....	.....	.....	.....
7	.....	.....	.....	.....
8	.....	.....	.....	.....
9	.....	.....	.....	.....
10	.....	.....	.....	.....

**OBSERVACIONES**.....  
 .....  
 .....

### ANEXO N° 3

#### NOMINA DE NIÑAS Y NIÑOS BENEFICIARIOS DEL PROYECTO SOBRE HIGIENE. COMEDOR MUNICIPAL. RIOBAMBA. 2012.

<b>N°</b>	<b>NOMBRE Y APELLIDO</b>
1	Aucancela Nicole
2	Barahona Lesly
3	Barahona Magaly
4	Bocón Johana
5	Bocón Mayra
6	Bocón Paola
7	Cubi Luis
8	Cuenca Evelyn
9	Cuenca Lorena
10	Curichumbi Aarón
11	Curichumbi Felipe
12	Fuertes Alison
13	Guamán Josué
14	Huisha Christian
15	Mosquera Katheryn
16	Orna Mabel
17	Orna Mishel
18	Pérez Carol
19	Pilamunga Jonathan

<b>20</b>	Pilamunga Kathy
<b>21</b>	Pintag Kevin
<b>22</b>	Quisilema Dayana
<b>23</b>	Quisilema Mikaela
<b>24</b>	Quisilema Steven
<b>25</b>	Ramos Mishel
<b>26</b>	Saula Victoria
<b>27</b>	Sislema Gloria
<b>28</b>	Tenelanda Vinicio
<b>29</b>	Tenemaza Denis
<b>30</b>	Tenemaza Kevin
<b>31</b>	Toaquiza Cristofer
<b>32</b>	Toaquiza Kevin
<b>33</b>	Toaquiza Melani
<b>34</b>	Tuabanda Kevin
<b>35</b>	Tuabanda Mateo

## Anexos N°5

### Adecuación y utilización del rincón de aseo



### Rincón de aseo limpio y ordenado



## Jaboneras implementadas



## Dispensador de jabón líquido donado



## Anexo N°6

### Elaboración de Material Educativo



## Anexo N°7

### Aplicación de Talleres Educativos





### ANEXO N° 8

### Convivencias con las niñas y niños del Comedor Municipal de Riobamba



**6% NOVELTY  
A**

EPS



EPS



EPS



EPS



## **ANEXO N° 10**

### **CANCIONES UTILIZADAS EN LA APLICACIÓN DEL PROYECTO**

#### **HIGIENE DE LAS MANOS**

Ya nos lavamos las manos  
y está todo preparado.  
Esperemos la comida  
quietecitos y ordenados.

-----

Estas manitas mucho han jugado.  
Estas manitas se han ensuciado.  
Es hora de que se metan en el agua.  
y regresen limpiotas otra vez al aula.

-----

Vamos a almorzar  
vamos a almorzar  
pero estas manitas,  
antes se van a lavar.

#### **HIGIENE DE LOS DIENTES**

Cara limpia, manos limpias  
con suave olor a jabón.  
Dientesitos cepillados:  
de menta lleváis sabor.

-----

Tengo, tengo, tengo  
muchos dientesitos,  
y para cuidarlos  
debo cepillarlos.

Tengo, tengo, tengo  
muchos dientecitos...  
¡Que queden muy blancos!  
¡Que queden muy limpios!

#### **HIGIENE DEL CUERPO**

*Cuando yo me baño me gusta jugar  
a que soy pirata y estoy en el mar.*

Pero en mi bañera no hay tiburón  
sólo agua caliente, esponja y jabón.

# 1-SOPA DE LETRAS

## HIGIENE PERSONAL

ENCUENTRA LAS SIGUIENTES PALABRAS:

- ♣ Lavarse las manos
- ♣ Bañarse
- ♣ Ropa limpia
- ♣ Peinarse

L	W	R	U	P	H	G	X	N	S	Ñ	Z	A
A	D	O	Q	W	E	R	T	Y	U	I	O	P
V	K	P	L	K	J	H	G	F	D	S	A	Z
A	U	E	X	C	R	V	B	N	M	P	L	I
R	V	L	O	K	O	N	U	H	B	Y	G	V
S	O	I	T	F	P	C	R	D	X	E	S	Z
E	S	R	A	Ñ	A	B	W	A	Q	M	N	B
L	Q	U	B	N	L	V	C	X	Z	L	K	J
A	Y	H	B	U	I	H	G	F	D	S	A	P
S	P	X	A	Z	M	O	I	U	Y	T	R	E
M	U	Y	T	R	P	E	I	N	A	R	S	E
A	Z	A	Q	X	I	S	W	E	D	C	V	F
N	R	T	G	B	A	N	H	Y	U	J	M	U
O	P	O	I	U	Y	T	R	E	W	Q	A	S
S	D	F	G	H	J	K	M	B	V	C	X	Z

# 2-SOPA DE LETRAS

## HIGIENE PERSONAL

ENCUENTRA LAS SIGUIENTES PALABRAS:

- ♣ CEPILLO DENTAL
- ♣ PASTA
- ♣ JABON
- ♣ AGUA

- ♣ TOALLA
- ♣ PEINILLA
- ♣ SHAMPOO

A P X L A R J O O S V D L  
T S E D W Q J F H H B N A  
O B L I S E E I R A X O T  
A D J N N J Q Ñ P M E I N  
L X C O X I V C L P Z A E  
L Y O B V Z L N W O U G D  
A G U A Ñ X C L Z O D F O  
K U E J L A T S A P A X L  
Q E W I L O P N B V M C L  
C G P O R W F T Y D S U I  
P O S H U V P X Ñ Q Z A P  
C Z F T M G C I P I U O E  
A K Ñ V M J I T Y D S W C  
P L M N J I G F C F T R F

## ANEXO N° 11

### PARA ASEARTE NECESITAS.....

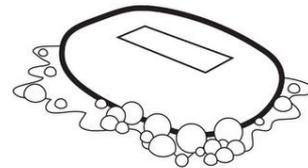
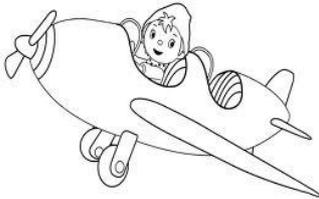
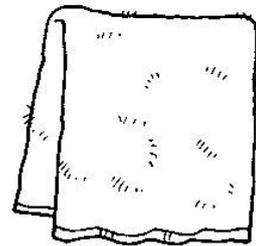
Actividades:

✿ objetos que necesitas para bañarte.

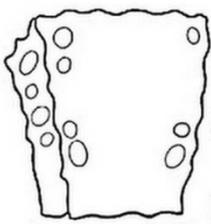
Colorear de azul los

✿ objetos que necesitas para cepillarte los dientes.

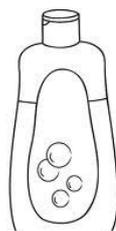
Colorear de verde los



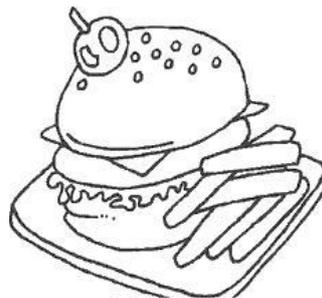
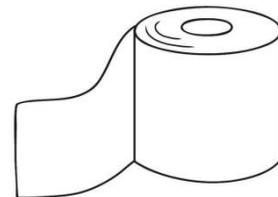
**JABÓN**



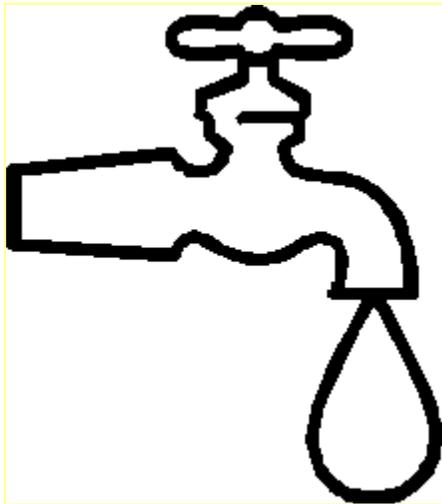
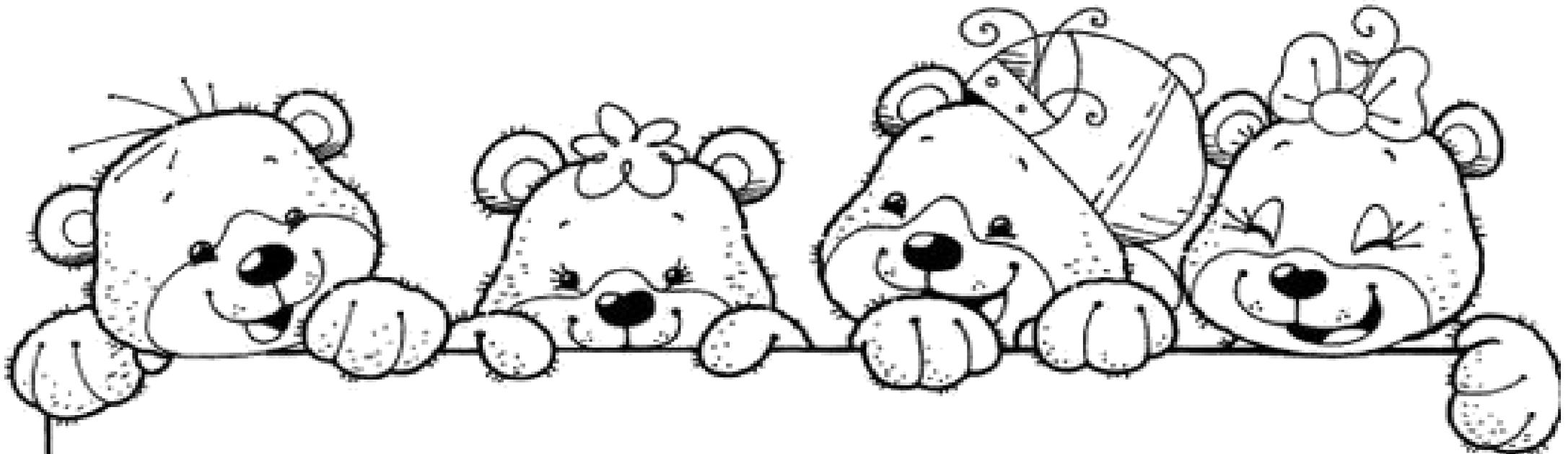
**ESPONJA**



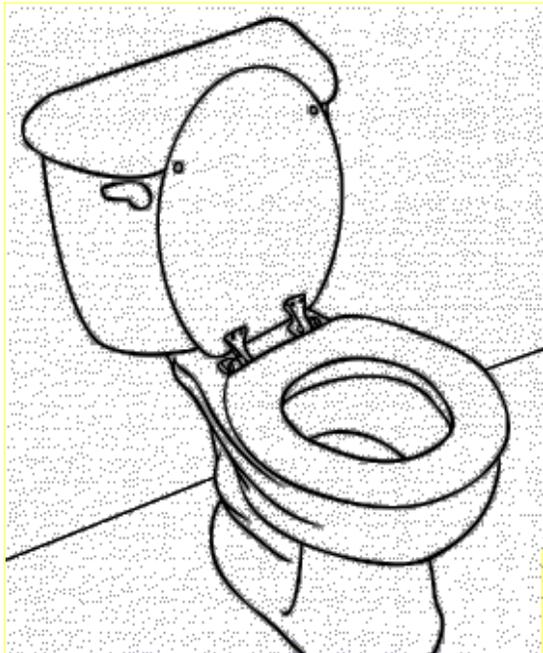
**SHAMPOO**



www.dibujosparacolorir.com



**EL AGUA ES VIDA  
CIERRA LAS LLAVES**



**PONER LA BASURA  
EN SU LUGAR**

**CONSERVAR LIMPIOS LOS BAÑOS**

**15%**  
**OVER**  
**THE**

# ASKEO PERSONAL

