



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº – MES DE 2008

“SALUD E HIGIENE EN EL NIÑO/A”

AUTORÍA NATALIA MARTÍNEZ URBANO
TEMÁTICA EDUCACIÓN PARA LA SALUD
ETAPA EDUCACIÓN INFANTIL

Resumen

La salud es un aspecto importante dentro de la educación infantil y ligada a esta encontramos el tema de la higiene que incluye aspectos que se han de tener en cuenta a lo largo del periodo infantil.

Palabras clave

- Salud.
- Educación para la salud.
- Prevención y promoción.
- Salud como forma de vida.
- Agentes de salud.
- Educación para la salud en infantil.
- Educación para la salud en los curriculums educativos.
- La higiene como elemento de salud.
- Centro educativo.
- Condiciones que debe reunir la escuela.
- Alteraciones y trastornos relacionados con la higiene.

1. INTRODUCCIÓN

La salud es un bien que todos debemos cuidar debido a que en ella está la base de la vida. Sin salud, y sin tener en cuenta su gran importancia, el individuo no podrá desarrollarse plenamente.

Es de suma importancia trabajar con los niños y niñas de educación infantil temas esenciales referentes a la salud y al cuidado de sí mismos centrándonos en aspectos concretos y relacionados con su vida cotidiana. Esta importancia se puede observar en el decreto 428/2008, de 29 de julio, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas correspondientes a la educación infantil en Andalucía, tanto en los objetivos como en los contenidos y temas transversales.

2. EL CONCEPTO DE SALUD

El término salud proviene del latín “salus”, que significa funcionamiento normal del cuerpo. A partir de esta primera concepción, el concepto de salud se fue ligando cada vez más al de enfermedad, y acabó formulándose como la ausencia de ésta.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº – MES DE 2008

Fue ya en el último tercio del siglo XX cuando se inicia el tránsito a una nueva concepción del término. La culminación de este proceso se lleva a cabo en el año 1946 cuando la Organización Mundial de la Salud (OMS) pasó a definir el concepto de salud como “un estado completo de bienestar físico, mental y social, y no solamente como la ausencia de infecciones o enfermedades”. A partir de este momento, el concepto de salud adquiere autonomía propia.

Más adelante, en la Conferencia Internacional sobre Atención primaria de Salud que se celebró en septiembre de 1978, la OMS da un paso más. Aquí surge la Declaración de Alma-ata, en la que se reitera la definición de salud de 1946 y se añade que “es un derecho fundamental, y conseguir el grado más alto de salud es un objetivo social sumamente importante para todo el mundo, la realización de la cual exige la intervención de muchos sectores sociales y económicos, además del de la salud”.

3. LA EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Con respecto al punto anterior hemos de decir que este cambio producido como relación al contexto y al contenido del concepto de salud también supone un cambio en cuanto a las orientaciones, recomendaciones y actuaciones dirigidas a mejorar la salud de las personas.

Actualmente se dedica gran empeño a los componentes de prevención y promoción a través de la educación para la salud.

La educación para la salud ha sido definida en la XXXVI Asamblea Mundial de la Salud como “cualquier combinación de actividades de información y educación que lleve a una situación en la que la gente desee estar sana, sepa cómo alcanzar la salud, haga lo que pueda individual y colectivamente para alcanzar la salud y busque ayuda cuando la necesite”.

Según la OMS tres son los grandes objetivos que persigue la educación para la salud:

- Informar a los individuos, familias y colectividad sobre los medios de promover y preservar la salud.
- Inducir a los individuos, a las familias y a la colectividad a modificar sus comportamientos, sus hábitos y sus motivaciones y preservar la salud.
- Convencer a los individuos, familias y colectividad de que la salud es la premisa necesaria para todo desarrollo económico y social.

4. PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD

Dos son los aspectos importantes en los que se basa la educación para la salud y estos son la prevención y la promoción de la salud. A continuación haremos un breve resumen de cada uno de ellos.

4.1 Prevención de la salud

La prevención de la salud está dirigida a capacitar a las personas para que, a través de su propio control, puedan reducir aquellos factores de riesgo por los que pueden contraer una enfermedad o contrarrestar las posibles consecuencias de ésta.

Un ejemplo que podemos señalar en el ámbito infantil es la no introducción de alimentos con gluten antes de los siete meses, esta es una medida preventiva en relación a una posible reacción alérgica, cuyas consecuencias serían más graves cuanto menor fuera el bebé.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº – MES DE 2008

4.2 Promoción de la salud

Por otro lado, podemos decir que la promoción de salud es el proceso de capacitación de las personas para que adquieran, de una manera voluntaria, estilos de vida adecuados y por lo tanto, saludables. La promoción de la salud se dedica a concienciar al individuo para influir sobre los factores que determinan la salud en general y además, incidir en aquellos elementos que llevan a estilos de vida saludables y para eliminar aquellos otros que impiden ponerlos en práctica.

5. SALUD COMO FORMA DE VIDA

Por todo lo que hemos mencionado anteriormente hemos de entender que la salud es una forma de vivir en la que cada individuo debe edificar sus propias opciones para obtener una mejor calidad de vida. Para ello será fundamental la adopción desde pequeños de unos determinados estilos de vida y su actuación frente a la prevención de enfermedades.

Aprovechamos para nombrar a Marc Lalonde que elaboró un modelo que ha sido un referente para la salud pública en los países desarrollados y que determina el nivel de salud de una comunidad a partir de la interacción de cuatro factores: La biología humana, los estilos de vida, el sistema de asistencia sanitaria y por último el medio ambiente.

Una vez conocidos los conceptos básicos en relación con la salud y la educación para la salud nos dispondremos a adentrarnos un poco más en el ámbito de Educación Infantil.

6. AGENTES DE SALUD EN EL NIÑO/A

Cuando hablamos de agentes de salud en el niño/a nos referimos a los más importantes que son:

- La familia: Es el primer agente de socialización con el que se encuentra el niño/a, por lo tanto la madre y el padre serán los primeros referentes afectivos que tendrá, los que responderán a sus primeras demandas. En este ámbito será donde el niño/a tendrá los primeros modelos a seguir y las primeras normas y pautas, y debe ser en este entorno donde la adquisición de hábitos y conductas de salud tenga su mayor influencia.
- La escuela Infantil: Hoy en día la función de la escuela como agente socializador, y por tanto como agente de salud es de suma importancia, ya que cada vez el niño/a pasa más tiempo en ella y comienzan a acudir mucho antes. Por lo tanto podemos decir que actualmente la educación de los niños/as es compartida entre las familias y la escuela. La tarea de la escuela en lo que se refiere a la adquisición de hábitos saludables va a ser esencial, pues gran parte de ellos se van a producir en este entorno. Algunos ejemplos de ello pueden ser aprender a comer, adquirir normas de higiene, aprender a relacionarse, a compartir, etc.
- Los servicios de la salud: El sistema sanitario ha sido el estamento más directamente relacionado con el tema de la salud de la población hasta hace poco tiempo. A raíz de la reforma sanitaria, el sistema se ha reorientado hacia la atención integral de las personas, teniendo en cuenta aspectos como el medio donde habitan y sus peculiaridades socioculturales, contemplando la promoción de salud como una tarea propia y reconociendo la necesidad de que todos los ciudadanos participen.
- Los medios de comunicación: En la sociedad que vivimos hoy en día, los medios de comunicación son un referente importante para la población y sobre todo para la población infantil. La televisión y el cine han pasado a considerarse, en muchos casos, los transmisores de



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº – MES DE 2008

los valores más importantes para la mayoría de la sociedad, aunque no siempre sean los más idóneos. Por la amplia cobertura que estos tienen es un mecanismo importante para informar sobre pautas de conducta saludables, campañas sanitarias, etc. Se puede decir por tanto que los medios de comunicación son, actualmente, uno de los canales más importantes para la prevención y promoción de la salud.

7. LA EDUCACIÓN PARA LA SALUD EN LA EDUCACIÓN INFANTIL

La escuela como agente de socialización de primer orden tiene un protagonismo especial en la educación para la salud. La escuela tiene la responsabilidad de incluir la educación para la salud en su currículo y de ayudar al alumnado y familias a modificar sus actitudes en estilos de vida saludables. Otra de sus responsabilidades es demostrar que su propia práctica responde a los principios y valores de salud que defiende.

La escuela es uno de los agentes que influyen en el desarrollo de estilos de vida saludables. Otros agentes son la familia, las amistades, las circunstancias sociales...que condicionan las actitudes y comportamientos del ser humano. Para avanzar en los estilos de vida saludables se necesita de la colaboración de todos ellos.

8. LA EDUCACIÓN PARA LA SALUD EN LOS CURRÍCULUMS EDUCATIVOS

Aunque en la mayoría de los centros escolares se han trabajado temas relacionados con la salud, es a partir de los años 80 cuando surgen proyectos y programas de educación para la salud. El Ministerio de Educación incorporó la educación para la salud en el diseño curricular LOGSE como tema transversal y se desarrolla a lo largo de todo el periodo educativo.

Este tema transversal comprende una serie de objetivos y contenidos educativos que han de estar presentes en el aprendizaje. Son susceptibles a evaluación, aunque no forman un área concreta del currículo.

➤ La educación para la salud en el currículo de la educación infantil

Es responsabilidad de la institución educativa integrar la educación para la salud como parte de la educación integral de las personas.

Al finalizar la etapa de educación infantil el niño/a debe conseguir las siguientes capacidades según establece el currículo:

- Progresar en el conocimiento y dominio del cuerpo y sus posibilidades.
- Conseguir la seguridad afectiva y emocional.
- Comportarse de acuerdo con unos hábitos y normas que lleven a la autonomía personal y colaboración con el grupo.
- Observar y explorar el entorno inmediato con respeto.

Estas capacidades coinciden con los objetivos que tiene la educación para la salud, por lo que sus contenidos forman parte del proceso educativo del niño/a y forma parte de tres áreas:

- Conocimiento de sí mismo y autonomía personal: El conocimiento de la propia persona y la noción de identidad se construye en interacción con el medio. Los niños/as tienen su cuerpo como instrumento principal de relación con el medio, la interacción con el medio les permitirá



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº – MES DE 2008

elaborar los límites de su propia persona y del propio cuerpo. Este modelo es paralelo al proceso de autonomía respecto del adulto, ya que interiorizan las actitudes positivas ante la salud que ven en los mayores, adquiriendo hábitos saludables.

- Conocimiento del entorno: El medio ambiente tiene como referencia los elementos, espacios, relaciones que forman parte de su contexto y que inciden en su desarrollo teniendo en cuenta el

ámbito donde transcurre su vida. Los niños/as han de poder captar la realidad de forma global para que incorporen nociones, habilidades, valores... a diferentes formas culturales. Las relaciones afectivas tienen que ir acompañadas de comunicación y expresión de sentimientos. Las actitudes de cooperación, participación y solidaridad forman parte de la educación de hábitos de convivencia, de respeto...

- Lenguajes: comunicación y representación: Son las formas de representación de la realidad que el ser humano es capaz de utilizar. El lenguaje permitirá comunicarse a los niños/as y relacionarse con el mundo exterior; y les ofrece distintas formas de representar la realidad y de interpretarla.

➤ Más allá del currículo.

El currículo es una parte de todos aquellos aspectos que conforman la actividad educativa de una escuela infantil y la educación para la salud se ha de trabajar más allá de éste.

Para que una escuela de educación infantil sea saludable podemos tener en cuenta algunos aspectos como:

- Favorecer la participación activa en la educación para la salud.
- Aprender a apreciar el desarrollo de una autoimagen positiva y que los individuos adquieran el control de sus vidas.
- Reconocer la importancia del entorno físico del centro escolar y efectos fisiológicos sobre niños/as y maestros/as.
- La promoción de la salud en el centro escolar es relevante para el bienestar del individuo.
- Coordinar la educación para la salud con los programas escolares y comunitarios.

9. LA HIGIENE COMO ELEMENTO DE LA SALUD

Relacionado con el concepto de salud hemos de mencionar el concepto de higiene. Esta tiene el objetivo de proteger el cuerpo de aquellos agentes tóxicos o infecciosos y así ayudar a mejorar el bienestar del individuo.

La higiene estudia las condiciones y los factores personales o ambientales que influyen en la salud de la persona, tanto física como mental, que favorecen la aparición y difusión de las enfermedades.

Las normas de higiene para los niños/as de educación infantil han de ser matizadas de una forma especial en función de la edad del niño/a, que le hacen permanecer como sujeto pasivo frente a estas, y al mismo tiempo, también en función de las necesidades de desarrollo y educación del niño/a.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº – MES DE 2008

Las personas adultas que se encargan de la educación del infante son las que llevarán a cabo actividades relacionadas con la higiene personal ya que ellos tienen la función de criar y formar a los pequeños.

Podemos clasificar dos categorías:

- Higiene ambiental: Relacionada con los procedimientos de prevención y con el gran número de factores que se encuentran en el medio y que influyen en la salud de las personas, como por ejemplo el clima, las condiciones de la vivienda, el agua, el aire, etc.
- Higiene personal: Relacionada con aquellas medidas que se aplican directamente sobre el individuo, que son susceptibles de aprendizaje como por ejemplo el aseo personal, la higiene del vestido y del calzado y en general, la adquisición de hábitos saludables.

Debido a que el concepto de higiene es de suma importancia es necesario conocer las pautas que se han de seguir con los niños/as en relación a este aspecto. En este caso vamos a centrarnos en dos puntos importantes como son la higiene que ha de tener el centro educativo al que acuden así como las alteraciones o trastornos que puede sufrir el niño/a desde que nace en relación con su higiene.

9.1 Higiene en el centro educativo.

Para el centro educativo al que acuden niños y niñas, la higiene ha de ser un objetivo prioritario y se debe de llevar a cabo desde el momento en que éstos acceden a ella. Aproximadamente, las actividades relacionadas con este tipo de hábitos suelen desarrollarse a partir de los dos años. Y se complementa alrededor de los tres o cuatro años de edad, cuando el niño/a ya es capaz de expresar sus necesidades a través del habla, de controlar los esfínteres y se ha iniciado en los hábitos de higiene, vestido, manejo de cubiertos, etc. La escuela tiene como objetivo promover la salud y además, prevenir las enfermedades, así como facilitar la formación completa del niño/a como ser humano.

La legislación vigente expone las condiciones mínimas que un centro educativo ha de tener para que se puedan conseguir los objetivos relacionados con la higiene.

A continuación se expondrán por puntos algunas de las condiciones que debe reunir la escuela en lo que se refiere a la higiene infantil.

El centro debe contar con patios, jardines o zonas de recreo adecuadas para que los niños/as puedan jugar, moverse y relacionarse con el resto.

Se ha de disponer de espacios adecuados a las características de los niños/as, niveles educativos y número de niños/as que ocupan ese espacio.

Cada educador estará al cargo de un número de niños/as adecuado y se agruparán según la edad y contarán con el mobiliario necesario según las necesidades, por ejemplo, en las aulas de niños/as de primer ciclo cunas o tronas.

Los materiales y el mobiliario de las aulas se dispondrán de tal manera que no supongan un riesgo de accidente para el alumnado.

El aula debe permitir una adecuada audición y buena visibilidad. Además se ha de controlar la humedad, la temperatura, la iluminación y la ventilación de ésta.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº – MES DE 2008

El centro contará con espacios específicos para realizar cambios de pañales, también de ropa, con estanterías con todo lo necesario, mesas auxiliares, etc.

Es importante que el centro educativo trate de forma especial el tema transversal de Educación para la Salud en el niño/a, así como el fomento de actitudes y hábitos saludables.

El centro dispondrá de asistencia sanitaria que se ocupe de problemas sanitarios, pedagógicos y sociales de los niños/as y de la detección de enfermedades de todo el personal que se relaciona en la escuela, así como de la vigilancia y el control higiénico de ésta. Se debe contar con el apoyo de un centro médico, así como de un psicólogo, un pedagogo, etc.

9.2 Alteraciones y trastornos relacionados con la higiene.

El niño/a es más susceptible a contraer ciertas enfermedades o alteraciones o a padecer determinados trastornos relacionados, sobre todo, con el control de esfínteres cuanto más pequeño es, ya que aún no es capaz de dominar los aspectos relacionados con la higiene.

Algunas de las alteraciones más frecuentes son:

- **Pediculosis:** Es la típica infestación por piojos. Normalmente afecta a los niños/as que conviven en colectividad, por ejemplo, en la escuela. Aparecen erosiones y costras en la cabeza producidas por el picor y se trata con una buena higiene y la utilización de champús y lociones específicas.
- **Eritema del pañal:** Afecta a la zona genital del niño/a al estar en contacto mucho tiempo con sus propios esfínteres. Produce un enrojecimiento de la piel en esa zona que, a veces, puede acompañarse de un proceso inflamatorio. Este tipo de alteración se produce por una inadecuada limpieza de la zona genital, los glúteos y el ano.
- **Caries dental:** Este tipo de alteración se produce normalmente en los niños/as con edad escolar, debido a la ingesta masiva de alimentos inadecuados y de no llevar a cabo una dieta equilibrada. Es importante, para evitarla, que el niño/a adquiera hábitos de alimentación adecuados así como de higiene bucal para prevenir la aparición de caries.
- **Muguet y candidiasis del pañal:** Se producen por la acción específica de un hongo llamado Candida Albicans. Puede aparecer en la zona genital y se caracteriza por la aparición de zonas enrojecidas y brillantes que se van extendiendo por el aparato genital, los glúteos y el ano. También pueden aparecer en la boca y se caracteriza por la aparición de placas blanquecinas con la base roja dentro de la boca.

Trastornos más frecuentes:

- **Enuresis:** Podemos entender por enuresis a la falta de control del esfínter urinario a partir de una edad considerada adecuada para que el niño/a tenga una madurez fisiológica en este aspecto: los tres años para el control de día y los cuatro para el control de noche. Por lo tanto no se considera enuresis a la falta de control del esfínter anterior a esta edad. La enuresis puede producirse por causas de tipo afectivo como el nacimiento de un hermano o la superprotección. Los educadores/as han de seguir unas pautas de comportamiento con el objetivo de tranquilizar tanto a los padres y madres como a los niños/as y han de transmitir sentimientos de confianza y, muy importante, evitar que el niño/a se sienta culpable por ello.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº – MES DE 2008

- Encopresis: Se entiende por encopresis a la falta de control diurno del esfínter anal después de una edad considerada como de madurez fisiológica para este objetivo: los dos años y medio. No se ha de considerar encopresis a la falta de control del esfínter anterior a la edad dicha anteriormente.
- Onicofagia: Es el hábito compulsivo de comerse las uñas. En los niños/as la tensión puede venir por adultos demasiado rigurosos y perfeccionistas. Es un hábito que también se presenta en personas adultas.

10. BIBLIOGRAFÍA.

1. Berhrman,R. (1991). *Compendio de pediatría*. Madrid: Ed.Interamericana.
2. Junta de Andalucía (1992). *Temas transversales. Educación Infantil*: Sevilla. Consejería de Educación.
3. Montse Palomar, Lucía Muñoz, Pilar Nus y Lourdes Arteaga. (2003). *Autonomía personal y salud*. CFGS Educación Infantil. Barcelona: Ed.Itamar.
4. Wikipedia. Salud e higiene en educación infantil.

Autoría

- Nombre y Apellidos: Natalia Martínez Urbano.
- Centro, localidad, provincia: Córdoba, Córdoba.
- E-mail: maurn_@hotmail.com