



CARRERA DE DESARROLLO DEL TALENTO INFANTIL.

**FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD
POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN
NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD, GUÍA INFORMATIVA
DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO
DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO
EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO, AÑO 2018.**

**Trabajo de Titulación previo a la obtención del título de Tecnóloga
en Desarrollo del Talento Infantil.**

AUTOR: VIVIANA NATHALY LANDÁZURI ANALUISA.

DIRECTORA: Msc Karina Michelle Fonseca Naranjo.

Quito, 2018

ACTA DE APROBACIÓN DEL PROYECTO DE GRADO

Quito, 7 de Mayo de 2018.

El equipo asesor del trabajo de Titulación de la Srta. **LANDAZURI ANALUISA VIVIANA NATHALY** la carrera de *Desarrollo del Talento Infantil* cuyo tema de investigación fue: **FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO, DURANTE EL AÑO 2018.** Una vez considerados los objetivos del estudio, coherencia entre los temas y metodologías desarrolladas; adecuación de la redacción, sintaxis, ortografía y puntuación con las normas vigentes sobre la presentación del escrito, resuelve: **APROBAR** el proyecto de grado, certificando que cumple con todos los requisitos exigidos por la institución.



MSc. Karina Fonseca
Tutora del Proyecto



"CORDILLERA"
DIRECCIÓN DE CARRERA



Dra. Susana Vázquez
Director de Carrera



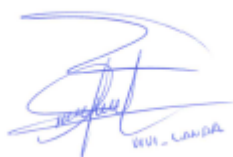
MSc. Pablo Esparza
Lector del Proyecto



Ing. Galo Cisneros
Coordinador de la Unidad
de Titulación

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Yo, Viviana Nathaly Landázuri Analuisa, declaro bajo juramento que la investigación es absolutamente original, autentica, es de mi autoría, que se han citado las fuentes correspondientes y que en su ejecución se respetaron las disposiciones legales que protegen los derechos de autor vigentes. Las ideas, doctrinas, resultados y conclusiones a los que he llegado son de mi absoluta responsabilidad



Viviana Nathaly Landázuri Analuisa.

C.C: 1727499236.

LICENCIA DE USO NO COMERCIAL

Yo, Viviana Nathaly Landázuri Analuisa portador de la cédula de ciudadanía signada con el No. 1727499236 de conformidad con lo establecido en el Artículo 110 del Código de Economía Social de los Conocimientos, la Creatividad y la Innovación (INGENIOS) que dice: “En el caso de las obras creadas en centros educativos, universidades, escuelas politécnicas, institutos superiores técnicos, tecnológicos, pedagógicos, de artes y los conservatorios superiores, e institutos públicos de investigación como resultado de su actividad académica o de investigación tales como trabajos de titulación, proyectos de investigación o innovación, artículos académicos, u otros análogos, sin perjuicio de que pueda existir relación de dependencia, la titularidad de los derechos patrimoniales corresponderá a los autores. Sin embargo, el establecimiento tendrá una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra con fines académicos. Sin perjuicio de los derechos reconocidos en el párrafo precedente, el establecimiento podrá realizar un uso comercial de la obra previa autorización a los titulares y notificación a los autores en caso de que se traten de distintas personas. En cuyo caso corresponderá a los autores un porcentaje no inferior al cuarenta por ciento de los beneficios económicos resultantes de esta explotación. El mismo beneficio se aplicará a los autores que hayan transferido sus derechos a instituciones de educación superior o centros educativos.”, otorgo licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial del proyecto denominado **“Fomentar hábitos de higiene y salud potenciando el desarrollo de la autonomía en niños y niñas de 3 años de edad, guía informativa dirigida a padres y madres de familia del Centro de Desarrollo Infantil Función Judicial ubicado en el Distrito Metropolitano de Quito durante el año 2018”**, con fines académicos al Instituto Tecnológico Superior Cordillera.



Viviana Nathaly Landázuri Analuisa.

C.C: 1727499236.

Quito, 2/abril/2018

DEDICATORIA.

No hay rosas sin espinas, ni caminos sin piedras, tampoco días sin lluvia; pero cada espina, cada piedra y cada lluvia son obstáculos que se vencen, porque las rosas a pesar de las espinas son hermosas, las piedras no harían los caminos divertidos y sin la lluvia las plantas no crecerían de la misma forma las metas se logran siempre y cuando la lucha sea una inagotable perseverancia para conseguirlas.

Dedico el presente trabajo a mi hermano Andrés por ser la más grande de mis inspiraciones en la perseverancia por conseguir mis objetivos, a mis hermanas por ser mi mano amiga y mi apoyo en cada paso dado en este proceso que ha sido de aprendizajes significativos, a Mechita Ortega un ángel que desde donde este me da su bendición la fuerzas y las ganas para seguir superándome como profesional y lo más importante como ser humano, no hay limitación más grande para soñar, volar y alcanzar las metas que el miedo que uno siente ante los cambios, que cuando uno quiere y tiene la actitud y aptitud lo logra.

Con mucho cariño y amor para ustedes.

AGRADECIMIENTO.

Manifiesto mi agradecimiento especial al Instituto Tecnológico Superior Cordillera, Carrera de Desarrollo del Talento Infantil, por ofrecerme la oportunidad de alcanzar una de mis metas más importantes y prepararme cada día más. A la Msc Karina Fonseca que con su experiencia y conocimiento ha orientado la realización de este proyecto de forma exitosa, a mis maestros por compartir sus conocimientos y experiencia que me ayudan a crecer como profesional y persona, a mis padres por ser el pilar en la realización de mis metas profesionales, por darme el apoyo, el ejemplo de superación y por ser quienes me impulsan a seguir operándome día a día.

Gracias infinitamente por su apoyo incondicional.

ÍNDICE DE CONTENIDO

Declaración de autoría.....	i
Licencia de uso no comercial.....	ii
Dedicatoria.	iii
Agradecimiento.....	iv
Índice de contenido	v
Lista de figuras.....	vii
Lista de tablas.....	viii
Lista de anexos.....	x
Resumen.....	xi
Abstract.....	xii
CAPÍTULO I.....	13
1. ANTECEDENTES.....	13
1.01.01 Macro.....	13
1.01.02 Meso.....	15
1.01.03 Micro.....	17
1.02 Justificación.....	18
1,03 Definición del problema central (Matriz t).....	20
CAPÍTULO II.....	24
2. ANÁLISIS DE INVOLUCRADOS.....	24
2.01 Mapeo de involucrados.....	24
2.02 Matriz de análisis de involucrados.....	26
CAPÍTULO III.....	30
3. PROBLEMAS Y OBJETIVOS.....	30
3.01. Árbol de problemas.....	30
3.02. Árbol de Objetivos.....	33

CAPÍTULO IV.....	36
4. ANÁLISIS DE ALTERNATIVAS.	36
4.01 Matriz de Alternativas.....	36
4.02 Matriz de Impacto de los Objetivos.	41
4.03 DIAGRAMA DE ESTRATEGIAS.....	32
4.04 MATRIZ DE MARCO LÓGICO.	35
CAPÍTULO V.	41
5. PROPUESTA.....	41
5.01 Antecedentes.	41
5.02 Descripción.	92
5.03 Formulación.	106
CAPÍTULO VI.....	180
6. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS.....	180
6.01. Recursos.	180
6.02. Presupuesto.	181
6.03. Cronograma.....	183
CAPÍTULO VII.	186
7. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	186
7.01. Conclusiones.	186
7.02. Recomendaciones.....	187
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	189
ANEXOS.	191

LISTA DE FIGURAS

Figura 1. Mapeo de los Involucrados	25
Figura 2. Árbol de problemas.....	32
Figura 3. Árbol de Objetivos.....	35
Figura 4. Diagrama de estrategias.....	34
Figura 5. Pregunta N# 1.	96
Figura 6. Pregunta N# 2.	97
Figura 7. Pregunta N# 3.	98
Figura 8. Pregunta N# 4.	99
Figura 9. Pregunta N# 5.	100
Figura 10. Pregunta N# 6.	101
Figura 11. Pregunta N# 7.	102
Figura 12. Pregunta N# 8.	103
Figura 13. Pregunta N# 9.	104
Figura 14. Pregunta N# 10.	105
Figura 15. Pregunta N# 1.	110
Figura 16. Pregunta N# 2.	111
Figura 17. Pregunta N# 3	112
Figura 18. Pregunta N# 4.	113
Figura 19. Pregunta N# 5.	114
Figura 20. Pregunta N# 6.	115
Figura 21. Pregunta N# 7.	116
Figura 22. Pregunta N# 8.	117
Figura 23. Pregunta N# 9.	118
Figura 24. Pregunta N#10.	119

LISTA DE TABLAS.

Tabla 1 Matriz T.....	23
Tabla 2 Matriz de análisis de involucrados	29
Tabla 3. Matriz de análisis de alternativas	40
Tabla 4. Matriz de impacto de los objetivos.	30
Tabla 5. Matriz de marco lógico.	39
Tabla 6. Pregunta 1. ¿Cuál de los siguientes conceptos cree usted que se refiere a “higiene”?.....	96
Tabla 7. Pregunta 2. ¿Cuál de los siguientes conceptos cree usted que se refiere a “hábito”?	97
Tabla 8. Pregunta 3. De los siguientes conceptos, escoja el que usted crea que se refiere a autonomía:.....	98
Tabla 9. Pregunta 4 ¿Qué acciones de limpieza personal realiza solo su hijo y/o hija?	99
Tabla 10. Pregunta 5 ¿De qué manera fomenta los hábitos de higiene en su hogar?	100
Tabla 11. Pregunta 6 ¿Cuál de los siguientes hábitos de higiene práctica en casa junto con su hijo y/o hija?	101
Tabla 12. Pregunta 7 ¿Cómo padre y madre de familia de qué manera cree usted que se debe orientar sobre el cuidado del aseo personal en los niños y las niñas?	102
Tabla 13. Pregunta 8 ¿Cuántas veces en el año escolar a participado usted de una capacitación sobre hábitos de higiene y salud?	103
Tabla 14. Pregunta 9 ¿Estaría dispuesto a participar de una capacitación que le brinde información sobre el cuidado de la salud y su incidencia en el desarrollo integral de los niños y las niñas?	104
Tabla 15. Pregunta 10. ¿Cree usted que es necesario tener una guía informativa con aspectos que se enfoquen en orientar a padres y madres de familia en la práctica de hábitos de higiene para el cuidado de los infantes?	105
Tabla 16. Pregunta 1. Después de haber asistido al taller “los hábitos de higiene y salud en la primera infancia”, ¿estaría dispuesto a dedicarle tiempo para practicarlos con su hijo y/o hija?	110

Tabla 17. Pregunta 2. Al conocer la importancia de los hábitos de higiene ¿usted los practicaría con su familia, buscando nuevas maneras de hacerlo?.....	111
Tabla 18. Pregunta 3 ¿Cree usted que una forma concreta de saber la importancia de la conservación de la salud es por medio de este tipo de talleres?	112
Tabla 19. Pregunta 4. ¿A través del taller recibió usted el conocimiento adecuado sobre medidas de prevención de enfermedades?	113
Tabla 20. Pregunta 5. La propuesta está enfocada en la conservación de la salud, ¿cree usted que dicha propuesta cuenta con consejos y tips necesarios que ayudan a las familias a conservar la misma?	114
Tabla 21. Pregunta 6. ¿Desde su punto de vista fue satisfactorio el taller?.....	115
Tabla 22. Pregunta 7. ¿Desde ahora estaría dispuesto a supervisar la práctica de hábitos de higiene en su hogar?	116
Tabla 23. Pregunta 8. ¿Se despejaron sus dudas acerca de medidas preventivas o temas referentes?	117
Tabla 24. Pregunta 9. ¿Le pareció fundamental la información que recibió en el taller para el aprendizaje de su hijo y/o hija?	118
Tabla 25. Pregunta 10. En adelante le gustaría recibir información sobre este tipo de temas.....	119
Tabla 26. Presupuesto.	182
Tabla 27. Cronograma.....	183

LISTA DE ANEXOS

ANEXOS 1	192
ANEXOS 2	193
ANEXOS 3	195
ANEXOS 4	196
ANEXOS 5	196
ANEXOS 6	198
ANEXOS 7	200
ANEXOS 8	202

RESUMEN.

Si bien es cierto que el aprendizaje de los infantes inicia desde el primer contacto con el mundo exterior que lo rodea, el aprendizaje va avanzando dependiendo de la edad y del desarrollo de cada uno de los individuos, también es cierto que este desarrollo depende directamente del tipo de cuidado, estimulación y educación que se le brinde, por ello es importante que desde edades tempranas dentro del seno familiar se inculquen valores, modales, y hábitos de higiene y salud que hagan de cada infante un ser integral y capaz de adaptarse en el medio que se desenvuelve.

Para la realización del presente trabajo se investigó si los padres y madres de familia del Centro de Desarrollo Infantil “Función Judicial” conocen acerca de la importancia de la práctica de hábitos de higiene y su incidencia en el aprendizajes de los infantes sobre todo en la adquisición de habilidades y destrezas, enfocadas netamente en el desarrollo de la autonomía en infantes de tres años de edad y como esta ayuda a su desenvolvimiento e independencia cada vez más, tomar en cuenta que gracias a los hábitos de higiene y salud tendremos niños y niñas no solo capaces de realizar acciones y actividades de manera autónoma si no también infantes saludables que conocen la importancia de conservar la salud y como hacerlo.

La propuesta es la respuesta al principal problema que es la ineficiente práctica de hábitos de higiene y salud, la importancia del presente trabajo radica en la elaboración de una Guía informativa dirigida a los padres y madres de familia del Centro de Desarrollo Infantil “Función Judicial”, sobre hábitos de higiene y salud y su importancia en la crianza de los hijos y las hijas, su aplicación apoya el desarrollo integral de los infantes de tres años de edad.

ABSTRACT.

While it is true that learning from infants begins from the first contact with the outside world that surrounds it, learning progresses depending on the age and development of each of the individuals, it is also true that this development depends directly on the type of care, stimulation and education that is provided, so it is important that from an early age within the family values, manners, and habits of hygiene and health are inculcated that make each child an integral being and able to adapt in the medium that unfolds.

For the realization of this work was investigated if the parents of the Child Development Center "Judicial Function" know about the importance of the practice of hygiene habits and its impact on the learning of infants especially in the acquisition of skills and abilities, focused clearly on the development of autonomy in infants of three years of age and as this helps their development and independence more and more, in addition to having healthy children, it must be taken into account that thanks to the hygiene and health habits we will have children not only able to perform actions and activities autonomously but also healthy infants who know the importance of conserving health and how to do it.

The proposal is the answer to the main problem that is the inefficient practice of hygiene and health habits, the importance of this work lies in the development of an informative guide for parents of the Child Development Center "Judicial Function" on habits of hygiene and health and its importance in the upbringing of the children, its application supports the integral development of the infants of three years of age

Palabras Claves: Hábitos, higiene, salud, autonomía, desarrollo, independencia, infantes.

CAPÍTULO I.

1. ANTECEDENTES.

1.01 Contexto.

La primera infancia es la etapa más importante en el desarrollo de las personas razón por la cual la educación y la salud son derechos que garantizan su correcto desarrollo, la adquisición de modales, valores y hábitos en esta etapa se logra a través del ejemplo, se sabe que el adulto, maestros, madres y padres de familia son el modelo a seguir de los infantes.

Los hábitos de higiene y salud no solamente se deben considerar meramente como temas de limpieza o de buena presentación, ampliar la importancia de estos hábitos solo se logrará cuando se entienda que al formar hábitos se desarrolla destrezas, habilidades, valores y actitudes en los niños y las niñas que a futuro serán adultos responsables.

1.01.01 Macro.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), como ente conservador del bienestar saludable, celebra el día mundial de la salud el 7 de abril teniendo un lema diferente cada año y recordando a todas las familias medidas de prevención ante enfermedades. Propone recomendaciones para lograrlo como utilizar mosquiteros en los lugares de clima tropical, mantener la ropa limpia, realizarse aseo personal

diario, lavarse las manos constantemente con abundante agua, evitar el contacto con animales y realizarse chequeos médicos periódicamente.

Cada año millones de personas fallecen por causa de enfermedades bacterianas (incluido el cólera); un 90% de esas personas son niños menores de cinco años de edad, principalmente procedentes de países en vías de desarrollo, una realidad que lleva a los gobiernos latinoamericanos a enfocarse en cumplir políticas que priorizan la salud y la educación partiendo de los principios de equidad, justicia y respeto a los derechos humanos.

La UNICEF en Venezuela en el año 2000, con apoyo del Ministerio de Salud y Desarrollo Social y el Ministerio de Educación Cultura y Deportes, apoyo el Proyecto de Emergencia, con la intención de asegurar un sano desarrollo de la infancia venezolana, aún en situaciones de emergencias, dicho proyecto consta de tres folletos sobre hábitos de higiene, promoción de la lactancia materna, prevención y manejo de desastres.

D'Emilio Anna Lucia Representante UNICEF Venezuela, destaca “la importancia de formar una cultura preventiva, que fortalezca la organización comunitaria para prevenir desastres y capacite a la población en casos de emergencias”, todo este proyecto se realiza en beneficio de la niñez y adolescencia en este caso de Venezuela, que sirve de prototipo para muchos países que se interesen por la salud de su población.

El tema de los hábitos de higiene no solo abarca la prevención de enfermedades a través del aseo personal, hay otros medios por los cuales se logra la conservación de la salud, como una buena alimentación, práctica de deportes, chequeos médicos periódicamente y un correcto descanso. Lamentablemente no en todos los lugares es posible pues las necesidades son varias y las condiciones de vida de cada población no son las mismas.

1.01.02 Meso.

En el Ecuador se pretende lograr a través de una educación de calidad un desarrollo integral, objetivos por los cuales varios de los ministerios trabajan en conjunto y proponen nuevas alternativas para lograrlo, es así como el Ministerio de Inclusión Económica y Social a través del programa Creciendo con Nuestro Hijo promueve la práctica de hábitos de higiene y el cuidado de la salud desde la etapa prenatal, logrando así un control de salud para el 91% de los niños y niñas a nivel nacional.

Según Larrea Lídice Ministro de Inclusión Económica y Social (2016), menciona “Hablar de integridad significa, reconocer la existencia de un conjunto de elementos relacionados con el cuidado, la alimentación, la salud, la nutrición, el desarrollo senso-perceptivo, socio-afectivo, motriz, de la comunicación y el lenguaje”, la modalidad (CNH) mencionada anteriormente se crea para apoyar a las familias en el cuidado y crianza de los hijos y las hijas, se priorizo las zonas vulnerables que no tienen acceso a una educación institucional, las maestras se encargan de 60 niños y niñas, operan durante todo el año con un periodo de 15 días de vacaciones, brindando orientaciones, las visitas de estimulación son hasta los 24

meses, luego van proponiendo actividades grupales hasta los 36 meses, realizan también capacitaciones y talleres pertinentes a las familias.

En la Universidad Nacional de Chimborazo, se realiza la investigación por Tierra Quispillo Vanessa Katherine (2016) LOS HÁBITOS DE HIGIENE PARA EL MEJORAMIENTO DE LA SALUD DE LOS NIÑOS DE SEGUNDO AÑO DE EDUCACIÓN BÁSICA DE LA ESCUELA 11 DE NOVIEMBRE DEL CANTÓN RIOBAMBA, PROVINCIA DE CHIMBORAZO, PERÍODO LECTIVO 2015-2016, menciona que a “nivel mundial se reconoce la necesidad de mantener los buenos hábitos de higiene en los niños, todos ellos deben aprender desde muy pequeños la importancia de los hábitos de la higiene personal pues además de evitar el contagio de enfermedades podemos enseñarles a mantener una vida sana” (Tierra, 2016).

El Ministerio de Salud Pública (2011), realizó estudios en los cuales se comprobó que los hábitos se pueden establecer a cualquier edad, sin embargo, es más fácil enseñar e inculcar hábitos de higiene, salud y orden en edades tempranas, por ello se realizó campañas como “sonrisitas brillantes”.

Tomando en cuenta todos estos factores indispensables en el desarrollo de los infantes y sus familias, el MIES propone varios proyectos uno de ellos es la cartilla de “hábitos saludables de crianza”, que aporta con orientaciones para docentes, padres y madres de familia. Dicha cartilla se encuentra disponible en la página web del MIES, se promueve su uso y su aplicación con las personas que son parte de la modalidad CNH.

1.01.03 Micro.

Uno de los aprendizajes vitales en edades tempranas es la adquisición de hábitos saludables, en primer lugar, son inculcados desde el hogar, con la enseñanza de los adultos que rodean al infante y posteriormente este aprendizaje es reforzado en las aulas de clase con la ayuda del docente.

Encalada Rodríguez Deysi Janeth en el año 2016 su proyecto HÁBITOS DE HIGIENE PERSONAL EN NIÑOS Y NIÑAS DE TRES AÑOS DE EDAD. GUÍA DIDÁCTICA SOBRE LA IMPORTANCIA DE LA HIGIENE PERSONAL DIRIGIDA A LOS PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL “JARDÍN FISCAL MUNDO DE AMOR” DEL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO PERIODO 2014- 2015, hace referencia a la vulnerabilidad de ciertas zonas en la provincia de Pichincha “existe una carencia de hábitos de higiene personal y esto provoca graves problemas de salud como la diarrea, las enfermedades gastrointestinales que se producen por falta de un adecuado lavado de manos, las infecciones de la piel, la gripa etcétera”, explicando así que a pesar de implementar proyectos; y campañas de carácter salubre, aun no se han cumplido.

En el Centro de desarrollo Infantil Función Judicial ubicado en el Centro Norte de la ciudad de Quito, se ha evidenciado, que a pesar del trabajo realizado por las docentes, los niños y las niñas de este centro no poseen hábitos de salud, ni los practican de la manera correcta, pues lo que se pretende es que los infantes logren practicar estos hábitos de forma permanente y progresiva dependiendo cada

vez menos de la ayuda del adulto, en acciones sencillas como el lavado de las manos después de ir al baño, antes de cada comida o de haber jugado con la mascota.

Por lo tanto, se propone como solución la elaboración de una guía informativa para padres y madres de familia para que apoyen el desarrollo de estos hábitos desde el hogar.

1.02 Justificación.

La actualidad exige que la educación y enseñanza responda a las necesidades de los estudiantes y al buscar un desarrollo integral se piense entonces en muchos factores que influyen en el mismo por encontrarse ligado a la calidad de vida, productividad económica y desarrollo humano; se crea hábitos de higiene y salud pretendiendo formar infantes capaces de realizar acciones con autonomía, dependiendo cada vez menos de la ayuda del adulto.

En el Plan Nacional del Buen Vivir 2013 – 2017 se exponen políticas que pretenden “fortalecer la estrategia de desarrollo integral de la primera infancia tanto en el cuidado prenatal, como en el desarrollo temprano y en la educación inicial que son las etapas que condicionan el desarrollo futuro de las personas”.

La salud como prioridad es un hito que se debe precautelar para el adecuado desarrollo en los infantes, desde el cuidado prenatal hasta edades posteriores, todo dependerá de los cuidados que la madre, la familia y los docentes le brinden al infante para cumplir con el buen vivir y tener niños y niñas sanos, no se trata simplemente de que el estado proponga políticas, programas y campañas, es un

trabajo conjunto donde el estado apoye con las herramientas y recursos adecuados, teniendo el apoyo de la comunidad, agentes de educación como maestros y directivos de los diferentes ministerios.

La Constitución de la República del Ecuador en su Artículo 46, numeral 1 establece, “el estado adoptara las medidas que aseguren la atención a niños y niñas, menores de seis años que garanticen su nutrición, salud, educación y cuidado diario en un marco de protección integral de sus derechos”.

Uno de los objetivos que la educación inicial pretende lograr es la autonomía e independencia en los niños y las niñas, pero no solamente con temas teóricos y actividades repetitivas, busca cada vez innovación y que se logre a través de las experiencias vivenciales y exploración, la formación de hábitos saludables, crea un vínculo con la familia por ser el primer espacio desde donde se inculca saberes, valores, modales, tradiciones, hábitos y costumbres, al contrario la escuela es un espacio donde se refuerza todos estos conocimientos a través de la aplicación de diferentes estrategias.

Adquirir hábitos saludables no simplemente es realizar acciones de aseo como lavarse las manos, realizar el cepillado de dientes, del cabello o llevar la ropa limpia, es ir desarrollando destrezas en los párvulos como el de vestirse y desvestirse solo, elegir la ropa, utilizar la cuchara y el vaso cada vez de manera autónoma.

La presente investigación tiene como finalidad fomentar los hábitos de higiene y salud como medio de desarrollo de la autonomía en infantes de tres años de edad, con el apoyo de los padres y madres de familia, a quienes se les dará

consejos y tips para lograrlo conjuntamente en beneficio de los pequeños y las pequeñas, procurando un estado saludable favorable que afiance el proceso de enseñanza-aprendizaje.

La niñez es la semilla de la juventud, con cuidado, buen abono y abundante agua se obtendrá buenos frutos.

1.03 Definición del problema central (Matriz t).

El análisis de la Matriz T determina que la situación actual es la deficiente práctica de hábitos de higiene y salud de los niños y las niñas de tres años, que si no se tomara las medidas adecuadas se llegaría a la situación empeorada, en la cual los niños y las niñas son vulnerables de contraer enfermedades por la inadecuada práctica de hábitos de higiene y salud y al aplicarse la propuesta la situación mejorada será Infantes de tres años que practican hábitos de higiene y salud que además gozan de un estado saludable.

Las fuerzas impulsadoras son: Charla a padres y madres de familia sobre la importancia de llevar una vida sana en el desarrollo de las personas, con una intensidad real de 1 bajo, pretendiendo alcanzar un potencial de cambio de 4 medio alto.

Realizar un taller a padres y madres de familia acerca de la importancia de los hábitos de higiene y salud y su incidencia en el desarrollo de la autonomía de los niños y niñas, con una intensidad real de 1 bajo con el objetivo de alcanzar un potencial de cambio de 4 medio alto, lo que quiere decir que los padres y madres se involucraran más con los conocimientos del cuidado de la salud, y como estas pequeñas acciones harán que sus hijo e hijas sean más independientes y autónomos.

De la misma manera se menciona como fuerza impulsadora la elaboración de la guía informativa que apoya el desarrollo de la autonomía en párvulos de tres años a través de los hábitos de higiene y salud, con una intensidad real de 2 medio bajo en la cual se espera alcanzar un potencial de cambio de 4 medio alto, en la guía habrá consejos, tips y actividades sencillas que ayuden a los padres y las madres a impulsar a los infantes a practicar estos hábitos en su desarrollo integral.

La aplicación de la guía informativa que apoya el desarrollo de la autonomía en párvulos de tres años a través de los hábitos de higiene y salud es otra fuerza impulsadora con una intensidad real de 2 medio bajo, pretendiendo un potencial de cambio de 5 alto, en donde los padres y las madres de familia apliquen los consejos expuestos.

El código de la niñez y adolescencia en su Art. 9.- Función básica de la familia, refiere que “La ley reconoce y protege a la familia como el espacio natural y fundamental para el desarrollo integral del niño, niña y adolescente. Corresponde prioritariamente al padre y a la madre, la responsabilidad compartida del respeto, protección y cuidado de los hijos y la promoción, respeto y exigibilidad de sus derechos”. (Código de la niñez y adolescencia, 2009).

Tanto en la campaña, como en el taller se tomarán en cuenta temas como una correcta alimentación, descanso, ejercicio y deporte que influyen en el aprendizaje de los pequeños, con el apoyo de la práctica de los hábitos de higiene y salud. Estas fuerzas impulsadoras están enfocadas directamente a las familias por ser el primer contacto con los niños y las niñas en la adquisición de aprendizajes.

Las fuerzas bloqueadoras son: Desinterés por parte de los padres y madres de familia en aplicar los conocimientos adquiridos con una intensidad real de 4 medio alto, se debe a que los padres y madres no quieren adquirir estos conocimientos por ello se pretende alcanzar un potencial de cambio de 2 medio bajo en el cual los padres se interesan en adquirir información valiosa sobre la prevención de enfermedades.

Otra fuerza bloqueadora es la inasistencia de los padres y madres de familia por el desconocimiento de la importancia de la práctica de hábitos de salud para la prevención de enfermedades con una intensidad real de 4 medio alto, alcanzando con la aplicación del taller un potencial de cambio de 2 medio bajo porque los padres tomaran en cuenta qué se debe hacer para que los hijos y las hijas se sientan interesados por practicar hábitos.

Se determina también como fuerza bloqueadora que padres y madres de familia no aplican la información expuesta en la guía informativa con una intensidad real de 4 medio alto, queriendo alcanzar un potencial de cambio de 1 bajo, puede ser por varios factores como la falta de tiempo, o material de aseo deteriorado o inadecuado.

Se define también como fuerza bloqueadora la inaplicabilidad de la guía informativa por el poco interés de los padres y madres de familia que tiene una intensidad real de 4 medio alto y potencial de cambio de 1 bajo, se puede relacionar con que los padres y madres no toman muy necesario los temas de aseo en la influencia en la educación, porque son temas que quizás para ellos se deslinden de la adquisición de aprendizajes.

Tabla 1

Matriz T

SITUACIÓN EMPEORADA		SITUACIÓN ACTUAL				SITUACIÓN MEJORADA		
Niños y niñas vulnerables de contraer enfermedades por la inadecuada práctica de hábitos de higiene y salud.		Deficiente práctica de hábitos de higiene y salud de los niños y las niñas de tres años.				Infantes de tres años que practican hábitos de higiene y salud y gozan de un estado saludable.		
FUERZAS IMPULSADORAS		I.R	PC	I.R	PC	FUERZAS BLOQUEADORAS		
Charla a padres y madres de familia sobre la importancia de llevar una vida sana en el desarrollo de las personas.		1	4	4	2	Desinterés por parte de los padres y madres de familia en aplicar los conocimientos adquiridos.		
Taller a padres y madres de familia acerca de la importancia de los hábitos de higiene y salud y su incidencia en el desarrollo de la autonomía de los niños y niñas.		1	4	4	1	Inasistencia de los padres y madres de familia por el desconocimiento de la importancia de la práctica de hábitos de salud para la prevención de enfermedades.		
Elaboración de la guía informativa que apoya el desarrollo de la autonomía en párvulos de tres años a través de los hábitos de higiene y salud.		2	4	4	1	Padres y madres de familia no aplican la información expuesta en la guía informativa.		
Aplicación de la guía informativa que apoya el desarrollo de la autonomía en párvulos de tres años a través de los hábitos de higiene y salud.		2	5	4	1	Inaplicabilidad de la guía informativa por el poco interés de los padres y madres de familia.		
1 = Bajo		2= Medio Bajo		3=Medio		4=Medio Alto		5= Alto

Fuente: Adquirida del investigador.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

CAPÍTULO II.

2. ANÁLISIS DE INVOLUCRADOS.

2.01 Mapeo de involucrados.

El análisis del mapeo de involucrados determina como actores al MIES cuya función es lograr el desarrollo integral de los infantes menores de seis años, al MINEDUC ente encargado de la educación, pretende brindar los recursos y herramientas adecuadas para que la educación sea de calidez y calidad teniendo, así como resultado un buen proceso de enseñanza-aprendizaje. El “Ministerio de Salud Pública” (MSP), que ofrece servicio de atención médica, programas que se enfocan en la prevención de enfermedades. El Centro de Desarrollo Infantil Función Judicial que se encarga de dar servicio de educación para niños y niñas acogiéndose a las políticas y leyes establecidas por el estado y los ministerios involucrados, los padres y madres de familia son los más importantes por ser quienes aportan con los cimientos de la enseñanza, y los niños y niñas por quienes se realiza la presente investigación y se trabaja en común. El ITSCO por ser una institución interesada en la educación superior y la innovación que apoye la productividad del país, con la contribución de estudiantes y maestros capaces de aportar con su trabajo y esfuerzo.

.



Figura 1. Mapeo de los Involucrados
Fuente: Observación de involucrados.
Elaborado por: Viviana Landázuri.

2.02 Matriz de análisis de involucrados.

El análisis de la matriz de involucrados establece como actores al MINEDUC cuyo interés sobre el problema central es el de brindar información a las familias para que padres y madres apoyen el cuidado y crianza de los hijos y las hijas para su desarrollo integral.; el problema que se perciben es que a pesar de proponer proyectos, y promover programas se evidencia su inaplicabilidad en temas de hábitos; los mandatos que sustentan su participación se encuentran en la Constitución de la República del Ecuador que en su artículo 40, numeral 1 hace referencia; “el estado adoptara las medidas que aseguren la atención a niños y niñas, menores de seis años que garanticen su nutrición, salud, educación y cuidado diario en un marco de protección integral de sus derechos”. El interés de esta entidad sobre el proyecto es lograr un desarrollo integral en menores de seis años con el apoyo de la familia en un marco de equidad y justicia; el conflicto potencial para lograr estos objetivos es la carencia de recursos y materiales cuya consecuencia es el desinterés por involucrase en la participación de este tipo de temas como la promoción y practica de hábitos de higiene y salud.

Al ITSCO por ser una institución de educación superior, su interés sobre el problema central recae en formar estudiantes que se conviertan en profesionales capacitados para brindar asesoramiento sobre temas en este caso de educación como la importancia de la práctica de hábitos de higiene y salud que garanticen el bienestar saludable de los infantes; el principal problema percibido se enfatiza en el desinterés de los estudiantes por temas de salud como los hábitos de higiene; El mandato que cimienta su participación se encuentra en la LOES que define los

principios para la educación superior los cuales garantizan “el derecho a la educación superior de calidad que propenda a la excelencia, al acceso universal, permanencia, movilidad y egreso sin discriminación alguna”. El interés sobre el proyecto se enfoca en la participación de los estudiantes los cuales están capacitados en la propuesta de soluciones como es la elaboración de una guía informativa para los padres y madres de familia que apoyen la práctica de los hábitos de higiene y salud desde sus hogares para gozar de un estado saludable.

Al Centro de Desarrollo Infantil Función Judicial que al brindar educación para menores de seis años de edad su interés sobre el problema central se orienta en fomentar hábitos de higiene y salud en los infantes para evitar la propagación de enfermedades y mantener un estado de salud adecuado tanto físico y mental que no interfieran de manera negativa en la adquisición de conocimientos dentro del proceso de enseñanza aprendizaje. El problema percibido atenuante es el desinterés por parte de los directivos para realizar charlas o campañas que promocionan los hábitos de higiene y salud, el Plan Nacional del Buen Vivir (2013-2017) menciona que “La salud es un derecho que garantiza el estado cuya realización se vincula al ejercicio de otros derechos, entre ellos al de la alimentación, la educación, el trabajo, la seguridad social y otros que sustentan el buen vivir”. La primera infancia es la etapa en la cual los aprendizajes son adquiridos con facilidad razón por la cual el interés sobre el proyecto se dirige a fomentar los hábitos de higiene y salud para potenciar el desarrollo de la autonomía en los niños y niñas del centro infantil, con la adquisición de hábitos de higiene y salud no solo se pretende conservar la salud de los infantes, su propósito va más allá como el de que los niños y las niñas sean

cada vez más independientes y seguros de su mismos. El conflicto potencial es el deficiente control de la higiene dentro del centro infantil en todo momento

A los Padres y madres de familia que son los actores principales pues cuyo interés en el problema central es el de apoyar a los hijos y las hijas a mantener un estado de salud óptimo, recordando que los primeros pasos a una educación en salud es orientada por las familias, es el hogar el primer contacto de donde obtiene el ejemplo por ello es importante que las familias fomenten estos hábitos, que obviamente en la escuela se refuerza pero en la casa se crea; el problema percibido es la desinformación acerca de temas vinculados a la salud como los hábitos de higiene, se cree que estar sano es solamente verse bien, cuando se debe enfatizar la atención en verse y sentirse bien, las políticas del país se establecen dependiendo de los objetivos que se pretenden alcanzar respondiendo a las necesidades de la población, por ello el mandato que defiende la participación de los padres y madres dentro del proyecto está en la LOEI que en su Artículo. 40 define a la Educación Inicial como “El Proceso de acompañamiento al desarrollo integral afectivo, cognitivo, psicomotriz y social de niños y niñas de 3 a 5 años de edad”.

Se entiende entonces que la familia es el eje nuclear en el desarrollo socioafectivo del párvulo y depende de esta como el niño y la niña sepa desenvolverse. El interés directo sobre el proyecto es el de conseguir que se practique los hábitos de higiene y salud dentro del núcleo familiar conservando la salud tanto de los infantes como la de los demás miembros, tomando en cuenta que el núcleo de la sociedad es precisamente la familia, el conflicto potencial es el nivel bajo de cooperación en la práctica de hábitos en los hogares.

Tabla 2

Matriz de análisis de involucrados

Actores Involucrados	Interés Sobre El Problema Central	Problemas Percibidos	Recursos, Mandatos Y Capacidades	Interés Sobre el Proyecto	Conflictos Potenciales
MINEDUC.	Padres y madres que apoyen el cuidado y crianza de los hijos y las hijas para su desarrollo integral.	La inaplicabilidad de sus proyectos y campañas.	La Constitución de la República del Ecuador en su Artículo 46, numeral 1.	Lograr un desarrollo integral en menores de seis años con el apoyo de la familia en un marco de equidad y justicia.	Carencia de recursos y materiales.
ITSCO.	Estudiantes capacitados para brindar asesoramiento sobre la importancia de la práctica de hábitos de higiene y salud que garanticen el bienestar saludable de los infantes.	Desinterés de los estudiantes por este tipo de temas.	La LOES, define los principios para la educación superior.	Creación de una Guía Informativa para los padres y madres de familia que apoyen la práctica de los hábitos de higiene y salud desde sus hogares.	Desinterés. Poco tiempo para el proyecto. Poca información de temas relacionados con los hábitos de higiene y salud.
Centro De Desarrollo Infantil Función Judicial.	Fomentar hábitos de higiene y salud en los infantes.	Desinterés por parte de los directivos para realizar charlas o campañas para promocionar los hábitos de higiene y salud	Plan Nacional del Buen Vivir (2013-2017) menciona que La salud es un derecho que garantiza el estado.	Fomentar los hábitos de higiene y salud para potenciar el desarrollo de la autonomía en los niño y niñas del centro infantil.	Deficiente control de la higiene en todo momento.
Padres y madres de familia.	Apoyar a los hijos y las hijas a mantener un estado de salud óptimo.	Desinformación acerca de temas vinculados a la salud como los hábitos de higiene.	LOEI Artículo. 40.	Practicar los hábitos de higiene y salud dentro del núcleo familiar.	Nivel bajo de cooperación en la práctica de hábitos en los hogares.

Fuente: Mapeo de involucrados.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

CAPÍTULO III.

3. PROBLEMAS Y OBJETIVOS.

3.01. Árbol de problemas.

El problema central de la presente investigación radica en la deficiente práctica de los hábitos de higiene y salud en niños y niñas de tres años de edad, sus causas son: el desconocimiento de padres y madres de familia sobre la importancia de conservar la salud para afianzar los aprendizajes, esto se debe principalmente porque las familias creen que los aspecto de la salud están desvinculados con los aprendizajes, el manejo incorrecto de la información sobre las medidas de prevención de enfermedades y desinterés de padres y madres de familia por fomentar hábitos de higiene y salud en los hijos y las hijas, porque el niño y la niña sana lograra adquirir mejor los conocimientos por el mismo hecho de que su cuerpo cuenta con las energías necesarias, en tanto un infante que no goce de un buen estado de salud no tendrá los ánimos, ni energías necesarias para aprender.

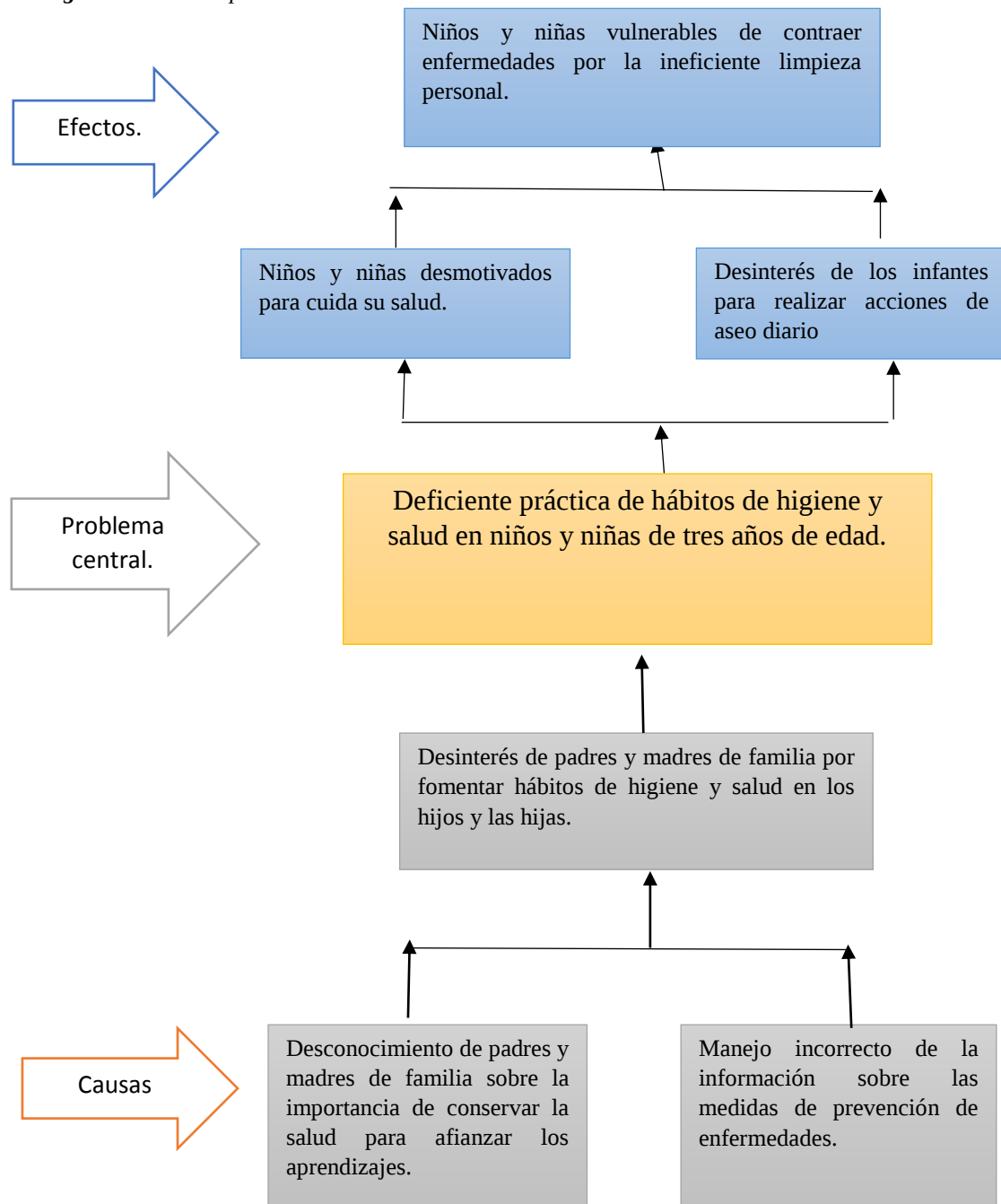
Código de la niñez y adolescencia Art. 27.- “Derecho a la salud. - Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a disfrutar del más alto nivel de salud física, mental, psicológica y sexual”.

Literal 2. Acceso permanente e ininterrumpido a los servicios de salud públicos, para la prevención, tratamiento de las enfermedades y la rehabilitación de la salud. Los servicios de salud públicos son gratuitos para

los niños, niñas y adolescentes que los necesiten; 3. Acceso a medicina gratuita para los niños, niñas y adolescentes que las necesiten; 4. Acceso inmediato y eficaz a los servicios médicos de emergencia, públicos y privados. (Código de la niñez y adolescencia, 2009).

Los efectos de las causas que se determinan son: Niños y niñas desmotivados para cuidar su salud. Se debe principalmente a que en el hogar no se practiquen dichos hábitos, el desinterés de los infantes para realizar acciones de aseo diario quizá tenga muchos factores influyentes como el no contar con los materiales de aseo en el hogar y niños y niñas vulnerables de contraer enfermedades por la ineficiente limpieza personal, tomando en cuenta que la OMS define la Promoción de la Salud como: “el proceso que permite a las personas incrementar el control sobre su salud para mejorarla” se debe entender que este proceso netamente no se refiere a tomar directrices que se enfoquen en fortalecer las habilidades y capacidades de una manera individual si no más es un trabajo de equipo en este caso de la escuela con la familia para precautelar la salud en los infantes. De ahí que se quiera enfatizar la educación para la salud como uno de los ejes importantes en la precaución de adquirir enfermedades sobre todo en la primera infancia donde el organismo de los párvulos se encuentran más indefensos.

Figura 2. Árbol de problemas.



Fuente: Adquirida del investigador.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

3.02. Árbol de Objetivos.

El objetivo general que se plantea ante el problema central “deficiente práctica de los hábitos de higiene y salud en niños y niñas de tres años de edad” es practicar hábitos de higiene y salud en niñas y niños de tres años de edad. Pues padres y madres deben apoyar la práctica de estos hábitos desde el hogar logrando así conservar la salud y la asepsia en los niños y las niñas, afianzando a la par la adquisición de aprendizajes, autonomía, independencia y seguridad.

Los medios para alcanzar los objetivos son: Capacitar a padres y madres de familia sobre la importancia de conservar la salud para afianzar los aprendizajes, informar sobre las medidas de prevención de enfermedades, motivar el interés de padres y madres en la práctica de hábitos de higiene a través de una guía.

En la Conferencia Europea de Educación para la Salud, celebrada en Dublín en el año 1990, se recomienda la inclusión de contenidos sobre Promoción de la Salud en el currículo escolar de la enseñanza obligatoria, al considerar que los centros escolares, junto con la familia, son los lugares clave donde tiene lugar el desarrollo individual y social de las personas en sus estadios más tempranos, ejerciendo un importante papel en la configuración de la conducta y los valores sociales de la infancia, la adolescencia y la juventud

Evitar que los niños y las niñas sean propensos a contraer enfermedades por la deficiente práctica de hábitos de higiene y salud es manejar adecuadamente los recursos que se tiene para lograrlo, la información que los medios de comunicación

radio, prensa, televisión y la internet nos brindan deben ser comprendidos correctamente, para no perjudicar de ninguna manera a los infantes, porque suele ocurrir que en una situación de emergencia las medidas que se toman no son las correctas.

Los fines que se logran en los infantes a través de los medios propuestos son: Motivar a los niños y las niñas a cuidar su salud, incentivar a los infantes para realizar acciones de aseo diario, prevenir la presencia de enfermedades en niños y niñas por la ineficiente limpieza personal

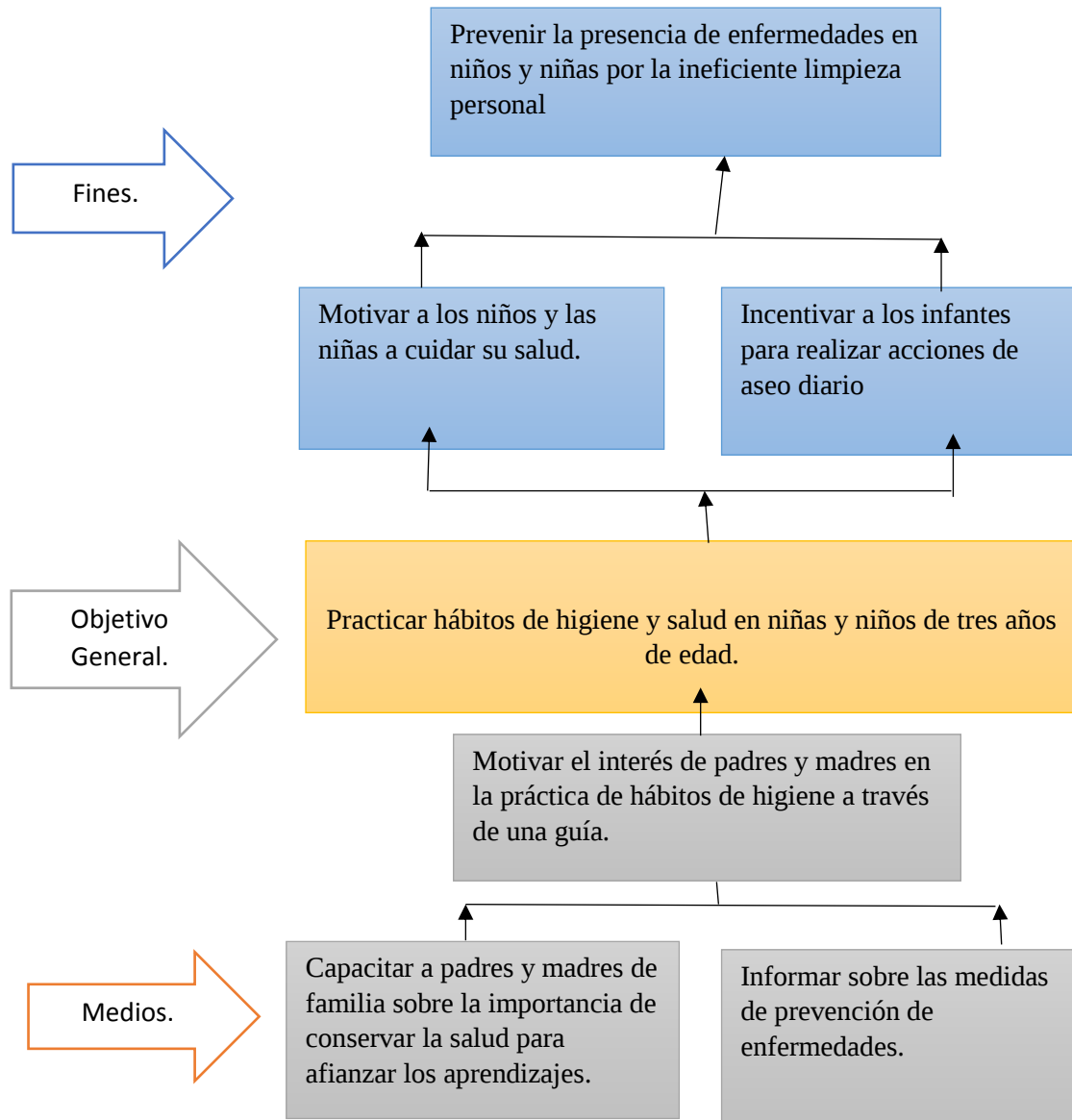
El código de la niñez y adolescencia en su Art. 27.- Derecho a la salud en sus literales 5 y 6 expone:

5. Información sobre su estado de salud, de acuerdo al nivel evolutivo del niño, niña o adolescente;

6. Información y educación sobre los principios básicos de prevención en materia de salud, saneamiento ambiental, primeros auxilios. (Código de la niñez y adolescencia, 2009).

La familia es quien ayuda al niño y la niña en las primeras etapas por ser el periodo de acompañamiento en conservación de sus derechos y ejercicio de sus deberes es así que el estado debe garantizar la participación, información y acceso a una salud de calidad para que las medidas de precaución tomadas en cuenta se lleven a cabo y se logre así mejorar la salud y prevenir enfermedades desde la etapa prenatal.

Figura 3. Árbol de Objetivos.



Fuente: Árbol de problemas.

Elaborado por: Viviana Landázuri

CAPÍTULO IV.

4. ANÁLISIS DE ALTERNATIVAS.

4.01 Matriz de Alternativas.

En la matriz de análisis de alternativas se determina los siguientes objetivos:

Capacitar a padres y madres de familia sobre la importancia de conservar la salud para afianzar los aprendizajes con un impacto sobre el propósito de 4 categoría media alta, se enfatiza en la familia por ser el primer contacto social y afectivo del infante; su factibilidad técnica de 5 categoría alta por contar con todos los recursos necesarios para preparar la capacitación; su factibilidad financiera es 4 con una categoría media alta, pues los recursos que se necesitan no son de alto costo y de fácil acceso; la factibilidad social con 4 categoría media alta, pues las familias conocerán las medidas adecuadas para conservar la salud de una manera óptima y se creara una cultura de prevención, se podrá decir que al crear esta cultura se transmitirá de generación en generación, lo cual es positivo porque se habla de la conservación de hábitos y con su factibilidad política de 3 categoría media, si bien es cierto que el gobierno se interesa por la salud también es cierto que no lo hace enfatizado en la problemática de la deficiente practica de hábitos de higiene y salud.

Informar sobre las medidas de prevención de enfermedades, con un impacto sobre el propósito de 4 categoría media alta, la importancia de informar sobre las medidas de prevención de enfermedades recae en que las familias estarán enteradas

de cuáles son los peligros latentes a los cuales se exponen si no se practica hábitos de higiene y salud sobre todo para los hijos y las hijas, cuenta con la factibilidad técnica de 5 categoría alta, pues los recurso que se necesitan están a disponibilidad para informar a las familia; la factibilidad financiera es 4 de categoría media alta, los materiales a utilizarse son de fácil acceso y de costo moderado; su factibilidad social es de 4 categoría media alta, las familias estarán en la capacidad de poner en práctica lo recomendado sobre medidas de prevención, tan sencillas como hervir el agua y lavar los alimentos antes de consumirlos puede prevenir enfermedades y cuenta con la factibilidad política de 3 categoría media, las capacitaciones y campañas que realiza el gobierno es de manera muy general y pocas son las familias que tienen acceso a dicha información.

Motivar el interés de padres y madres en la práctica de hábitos de higiene a través de una guía, su impacto sobre el propósito es de 4 categoría media alta pues no existe la seguridad de que todos los padres y madres de familia se encuentren interesados en este tipo de temas, cabe la posibilidad de que ellos tengan la seguridad de que los practican de la forma correcta en el hogar; la factibilidad técnica se determinó de 5 categoría alta, los recursos y materiales que se usan para realizar las actividades son de fácil acceso; la factibilidad financiera es de 3 categoría media, pesar de contar con todos los recurso puede que estos varíen en sus costos por su función, tomando en cuenta que se utiliza materiales para la elaboración de la guía para que sea llamativa e interesante; su factibilidad social 4 de categoría media alta, al llegar a sensibilizar a las familias sobre la importancia de practicar hábitos se dará el primer paso para que los infantes logren adquirir conocimientos significativos; y cuya factibilidad política es de 4 categoría media

alta, pues es de interés de todos que las familias se encuentren capacitadas para prevenir enfermedades y conservar la salud de cada uno, recordando que al tener infantes sanos estos se verán interesados en aprender, es tanto así que se debe reconocer que el desarrollo futuro de la persona depende del desarrollo en sus primeros años.

Practicar hábitos de higiene y salud en niñas y niños de tres años de edad., su impacto sobre el propósito es de 5 categoría alta, se sabe que los primeros años de vida son los más importantes por ser la etapa en la cual el cerebro del infante realiza más conexiones neurales dándole la posibilidad de aprender de una manera óptima y permitiéndole desarrollar las diferentes habilidades, capacidades y destrezas de ahí que se torna importante la adquisición de modales, valores y hábitos que le permitan gozar de una vida plena en el futuro; su factibilidad técnica es de 4 con una categoría media alta por contar con los recursos y materiales tanto técnicos y tecnológicos necesarios para impulsar a los niños y las niñas a practicar hábitos de higiene; su factibilidad financiera cuenta con una categoría de 4 media alta por tener accesibilidad a los recursos que se necesitan; su factibilidad social por el impacto hacia las familias y la comunidad educativa es de 4 con una categoría media alta, pues se habla de que los niños y las niñas deben tener un desarrollo integral en donde todos los ámbitos que propone el currículo de educación inicial del Ecuador deben ser cumplidos hablando de afectividad, seguridad y confianza en sí mismo y la relación que el infante tenga con los demás; y finalmente la factibilidad política es de 4 categoría media alta, las políticas públicas que propone el país se enfatizan en lograr un desarrollo infantil integral viéndolo desde el punto socioeconómico los resultados que generan un buen desarrollo infantil son: una

mayor posibilidad de calidad de vida, mayor productividad y desarrollo de capacidades, disminución de la pobreza, fortalecimiento de la equidad que harán del Ecuador un país más productivo. .

Tabla 3.

Matriz de análisis de alternativas

OBJETIVOS	IMPACTO SOBRE EL PROPOSITO.	FACTIBILIDAD TÉCNICA.	FACTIBILIDAD FINANCIERA	FACTIBILIDAD SOCIAL.	FACTIBILIDAD POLITICA.	TOTAL.	CATEGORIA.
Capacitar a padres y madres de familia sobre la importancia de conservar la salud para afianzar los aprendizajes.	4	5	4	4	3	20	Media alta.
Informar sobre las medidas de prevención de enfermedades.	4	5	4	4	3	20	Media alta.
Motivar el interés de padres y madres en la práctica de hábitos de higiene a través de una guía.	4	5	3	4	4	20	Media alta.
Practicar hábitos de higiene y salud en niñas y niños de tres años de edad.	5	5	4	4	4	22	Media alta.
TOTAL.	17	20	15	16	14	82	Media Alta

Escala: 1=baja, 2=media baja; 3 media; 4 media alta; 5 alta.

Fuente: Árbol de objetivos.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

4.02 Matriz de Impacto de los Objetivos.

En el análisis de la matriz de impacto de los objetivos se determina una puntuación de 82 con una categoría media alta, los objetivos determinantes son los siguientes:

Capacitar a padres y madres de familia sobre la importancia de conservar la salud para afianzar los aprendizajes, la factibilidad de logro es la asistencia de los padres y madres de familia a la capacitación de manera participativa en una escala de 4 medio alto, donde se evidencia la asistencia e interés de los padres y madres. El impacto de genero de este objetivo se orienta en que padres y madres de familia tienen los conocimientos necesarios para conservar la salud de sus hijos e hijas, no solo a través de actividades base como el cepillado de dientes sino más bien con acciones como un adecuado descanso y una dieta variada, en una escala de 4 medio alto, lo que quiere decir que los padres están más involucrados en estos temas. En el impacto ambiental se hace referencia que a través de la práctica de hábitos de higiene y salud se afianza los lazos afectivos en el hogar en una escala de 4 medio alto, lo que evidencia que el hogar es el primer cimiento de la enseñanza, pues si bien es cierto los infantes adquieren aprendizajes desde muy pequeños lo hacen, a través del ejemplo que reciben de sus padres o adultos de su entorno inmediato; su relevancia recae en que la familia se enfatiza en los cuidados de la salud y prevención de enfermedades en una escala de 4 medio alto, lo que significa que no solo la escuela es el ente que se encarga de un proceso educativo y cuya sostenibilidad se enfatiza en concientizar a los padres y madres de familia sobre la importancia de los hábitos de higiene y salud en el proceso de enseñanza-

aprendizaje en una escala de 4 medio alto, determinando así que se trabaja en conjunto escuela y hogar.

Informar sobre las medidas de prevención de enfermedades cuya factibilidad de logros determina que padres y madres de familia les dan la debida importancia a temas relacionados con prevención de enfermedades en una escala de 5 alto, ya que como padres y madres de familia buscan un crecimiento y desarrollo adecuado de los hijos y las hijas. El impacto de genero de este objetivo determina que los niños y las niñas deben gozar de un buen estado de salud en una escala de 5 alto, todos los seres humanos desde que nacen tienen derecho a vivir sano y más aún si se trata de infantes, pues son seres vulnerables que necesitan de la ayuda de los adultos para verse y sentir bien; el impacto ambiental hace hincapié sobre el interés de las familias en temas de salud que apoyan el crecimiento correcto de los hijos y las hijas, en una escala de 4 medio alto lo que hace referencia que padres y madres de familia no solo se ven motivados en temas de práctica de hábitos de higiene si no también en temas como una correcta alimentación, práctica de deportes y cuáles son las habilidades que adquiere su hijo o hija con la práctica de dicho hábitos; su relevancia se enfoca en que padres y madres de familia están capacitados en temas de prevención de enfermedades que afianzan la adquisición de aprendizajes, en una escala de 4 medio alto ya que al encontrarse con un buen estado saludable el niño y la niña tendrá las energía y ganas para explorar, descubrir y aprender sin dificultad finalmente la sostenibilidad de este objetivo es que las familias practican y toman medidas de prevención de enfermedades, para conservar la salud de los infantes, en una escala de 4 medio alto pues al estar informados sobre la importancia de llevar una vida sana las familias sabrán que la mejor

manera de conservar la salud es practicando hábitos de higiene y tomando en cuenta las medidas recomendadas para evitar problemas de salud y aprendizaje a futuro.

Motivar el interés de padres y madres en la práctica de hábitos de higiene a través de una guía es otro de los objetivos a lograr la factibilidad de lograr determina que padres y madres de familia se interesan por el cuidado de la salud de sus hijos e hijas en una escala de 4 medio alto, las condiciones brindadas a los párvulos influyen de manera directa por lo que los adultos deben transmitir mensajes claros en la formación de los hábitos; el impacto de género sustenta que madres y padres se encargan de la crianza y cuidado de los hijos y las hijas, en una escala de 4 medio alto es decir que se basa en el cumplimiento de los derechos que todos los niños y las niñas gozan desde su concepción; el impacto ambiental de este objetivo determina el mejoramiento en la actitud y aptitud por parte de los padres y madres en la práctica de hábitos que apoyan el desarrollo integral de los infantes en escala 4 medio alto, su cambio por mejorar la calidad de vida de los hijos y las hijas no solo apoya su aprendizaje si no también la productividad de todo un país, porque si bien es cierto que los niños y las niñas son el futuro debemos tomar en cuenta que si tenemos infantes sanos desarrollar habilidades, destrezas, capacidades, actitudes y aptitudes; su relevancia se define a la predisposición de los padres y madres de familia en mejorar la práctica de hábitos de higiene en una escala de 4 medio alto; y su sostenibilidad recae en que padres y madres de familia dominan contenidos sobre la prevención de enfermedades, correcta práctica de hábitos para que sus hijos e hijas gocen de un estado saludable en una escala de 4 medio alto respondiendo así que el proyecto es viable.

Practicar hábitos de higiene y salud en niñas y niños de tres años de edad, la factibilidad de logro es que los niños y las niñas cuenten con un estado físico, mental y emocional óptimo en una escala de 5 alto, lo que se pretende es que a través de este objetivo se logre otro propósito que es el desarrollo integral de los infantes; su impacto de género es la inclusión de padres y madres de familia en el aprendizaje de los infantes logrando un desarrollo integral con una escala de 5 alto, precisamente de lo mencionado anterior sobre el desarrollo integral que se logra con el apoyo de las familias; su impacto ambiental recae en el mejoramiento de la calidad de vida de los infantes y sus familias, que les permitan gozar de una vida digna con una escala de 4 medio alto, se debe tomar en cuenta que es un trabajo en equipo y que a pesar de los esfuerzos escatimados si uno no cumple no se lograra el propósito; su relevancia es la cooperación en los procesos educativos por parte de la familia y las docentes en la prevención de enfermedades con una escala de 4 medio alto; y finalmente su sostenibilidad es la práctica adecuada de hábitos de salud que sirven como una medida de prevención de propagación de enfermedades con una escala de 4 medio alto que busca beneficios saludables para los infantes.

Tabla 4.
Matriz de impacto de los objetivos.

OBJETIVOS	FACTIBILIDAD DE LOGROS.	IMPACTO DE GÉNERO.	IMPACTO AMBIENTAL.	RELEVANCIA.	SOSTENIBILIDAD	TOTAL.	CATEGORÍA.
Capacitar a padres y madres de familia sobre la importancia de conservar la salud para afianzar los aprendizajes.	Asistencia de los padres y madres de familia a la capacitación de manera participativa. (4)	Padres y madres de familia tienen los conocimientos necesarios para conservar la salud. (4)	Se afianza los lazos afectivos en el hogar a través de la práctica de hábitos de higiene y salud. (4)	La familia se enfatiza en los cuidados de la salud y prevención de enfermedades. (4)	Concientizar a los padres y madres de familia sobre la importancia de los hábitos de higiene y salud en el proceso de enseñanza-aprendizaje. (4)	20	Medio alto.
Motivar el interés de padres y madres en la práctica de hábitos de higiene a través de una guía.	Padres y madres de familia se interesan por el cuidado de la salud de sus hijos e hijas. (4)	Madres y padres se encargan de la crianza y cuidado de los hijos y las hijas. (4)	El mejoramiento en la actitud y aptitud por parte de los padres y madres en la práctica de hábitos que apoyan el desarrollo integral de los infantes. (4)	Predisposición de los padres y madres de familia en mejorar la práctica de hábitos de higiene. (4)	Padres y madres de familia que dominan los contenidos sobre la prevención de enfermedades, correcta práctica de hábitos para que sus hijos e hijas gocen de un estado saludable. (4)	20	Medio alto.
Informar sobre las medidas de prevención de enfermedades.	Padres y madres de familia les dan la debida importancia a temas relacionados con prevención de enfermedad	Los niños y las niñas deben gozar de un buen estado de salud. (5)	Interés de las familias en temas de salud que apoyan el crecimiento correcto de los hijos y las	Padres y madres de familia capacitados en temas de prevención de enfermedades que afianzan la adquisició	Las familias practican y toman medidas de prevención de enfermedades, para conservar la salud de los infantes. (4)	23	Alto.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

	es. (5)		hijas. (4)	n de aprendizajes. (5)			
Practicar hábitos de higiene y salud en niñas y niños de tres años de edad.	Niños y niñas con un estado físico, mental y emocional óptimo. (5)	Inclusión de padres y madres de familia en el aprendizaje de los infantes logrando un desarrollo integral. (5)	Mejoramiento de la calidad de vida de los infantes y sus familias, que les permitan gozar de una vida digna. (4)	Cooperación en los procesos educativos por parte de la familia y las docentes en la prevención de enfermedades. (4)	Practica adecuada de hábitos de salud que sirven como una medida de prevención de propagación de enfermedades. (4)	22	Alto.
TOTAL.	18	18	16	17	16	85	Medio alto.

Escala: 1=bajo, 2=medio bajo; 3 medio; 4 medio alto; 5 alto.

Fuente: Árbol de objetivos.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

4.03 DIAGRAMA DE ESTRATEGIAS.

El diagrama de estrategias se estructura de la siguiente manera cuenta con la finalidad, el propósito, componentes y las actividades que se realizan para lograr el cumplimiento de los objetivos planteados.

La finalidad que se debe lograr es prevenir la presencia de enfermedades en niños y niñas por la ineficiente limpieza personal; y así potenciar su desarrollo integral; esto con la ayuda del adulto tanto padres como maestros; así se hace el resultado será infantes capaces de realizar acciones de manera autónoma e independiente, empezando por acciones sencillas de aseo que además previenen enfermedades, si bien es cierto los temas de salud son importantes pero no solo en cuando a conservar un estado saludable, sino más tomarlos como herramientas que apoyan los proceso de aprendizaje en la primera infancia y más aún si hablamos de edades tempranas, en las cuales el aprender es una aventura.

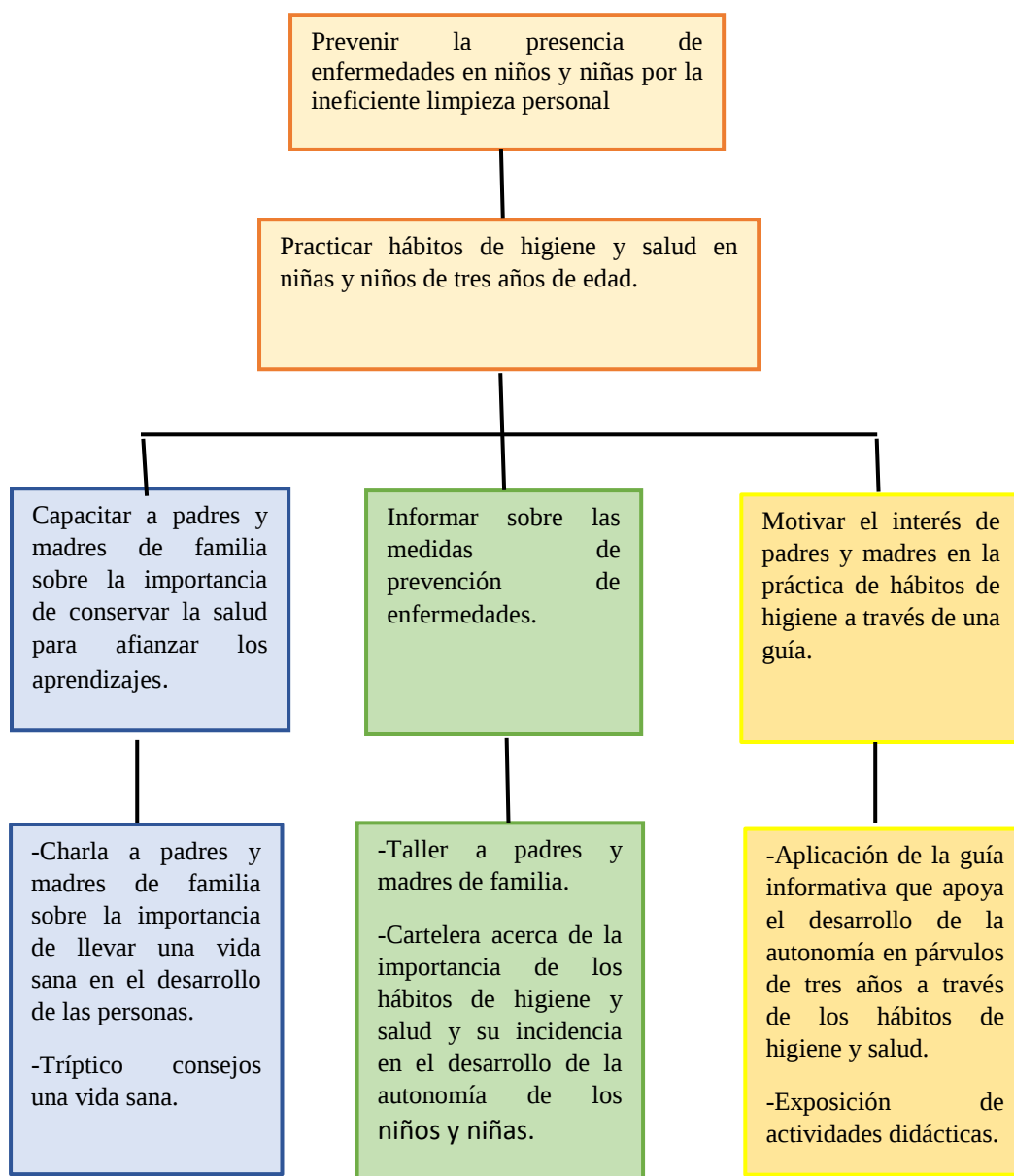
Como propósito se expone practicar hábitos de higiene y salud en niñas y niños de tres años de edad con temas relevantes sobre hábitos de higiene y salud, y como estos influyen en los aprendizajes y adquisición de la autonomía en los niños y las niñas de tres años, al cumplirse el propósito también se logrará al crear no solo en los infantes si no también en las familias una cultura de prevención.

Como componentes para cumplir con el propósito son: Capacitar a padres y madres de familia sobre la importancia de conservar la salud para afianzar los aprendizajes; informar sobre las medidas de prevención de enfermedades; y finalmente motivar el interés de padres y madres en la práctica de hábitos de higiene a través de la guía; dichos componentes van de la mano con actividades con las cuales se debe cumplir para lograr con el propósito antes planteado.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

Las actividades para alcanzar el propósito son: Charla a padres y madres de familia sobre la importancia de llevar una vida sana en el desarrollo de las personas; tríptico con temas sobre la importancia de llevar una vida sana; taller a padres y madres de familia; cartelera acerca de la importancia de los hábitos de higiene y salud y su incidencia en el desarrollo de la autonomía de los niños y niñas; aplicación de la guía informativa que apoya el desarrollo de la autonomía en párvulos de tres años a través de los hábitos de higiene y salud. Todas estas actividades llevan a la reflexión de los padre y madre de familia realizar un análisis y responder si se cumple o no con las medidas necesarios en cuanto al cuidado de la salud de los hijos y las hijas.

Figura 4. Diagrama de estrategias.



Fuente: Árbol de objetivos, Matriz T.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

4.04 MATRIZ DE MARCO LÓGICO.

La matriz de Marco lógico tiene varios puntos; la finalidad de prevenir la presencia de enfermedades en niños y niñas por la ineficiente limpieza personal, el indicador de logro es el desarrollo integral de los infantes, el medio de verificación fue la encuesta realizada a los padres y madres de familia, en la cual se evidencio que solo el 50% de los padres y madres practican habito de higiene junto con los hijos y el 30% simplemente vigila la realización de estos y el supuesto que afectaría el cumplimiento de los objetivos es el Desinterés de los padres y madres por temas referentes a el cuidado de la salud de los hijos e hijas.

El propicito es practicar hábitos de higiene y salud en niños y niñas de tres años de edad, pues mediante esta práctica se logrará desarrollar destrezas y adquirir habilidades; el indicador a lograr es formación de hábitos de higiene y salud desde el hogar para una vida sana; para formar individuos responsables y felices; el medio de verificación fue la encuesta realizada a padres y madres de familia; enfocada principalmente la pregunta 4 ¿Qué acciones de limpieza personal realiza solo su hijo y/o hija? La cual expreso los siguientes resultados se cepilla los dientes un 20% de infantes, se viste y desviste un 20% de niños y niñas, se lava las manos y la cara un 20% de pequeñas y pequeños y un 40% de infantes no puede realizar ninguna acción de aseo pues le ayuda su padre o su madre lo que es alarmante pues a esa edad, el infante debe poder por lo menos lavarse las manos y los dientes aunque sea con la vigilancia de un adulto, el supuesto que afectaría el logro del propósito es la inaplicabilidad de programas y campañas propuestas por entidades gubernamentales, a pesar de que el gobierno tiene este tipo de proyectos muchos no se llegan a ejecutar o por lo menos no logran su cometido.

Los componentes que afianzan la realización de la investigación son los siguientes capacitar a padres y madres de familia sobre la importancia de conservar la salud para afianzar los aprendizajes, el indicador a lograr es incrementar el nivel de conocimiento sobre la importancia de practicar hábitos de higiene y salud de esta manera se lograra asegurar una calidad de vida distinta a las que se vive; muchas de las familias hacen lo posible para logara mantenerse sano, mientras que otras por falta de información no lo hacen; El medio de verificación fue la encuesta realizada y sus porcentajes fueron 9.- ¿Estaría dispuesto a participar de una capacitación que le brinde información sobre el cuidado de la salud y su incidencia en el desarrollo integral de los niños y las niñas?, el 85% de padres y madres de familia contestaron que Si; ninguno de los encuestados contestaron que no lo que es positivo pues se espera que la información dada es de suma importancia y aporte a los padres y madres de familia y solo un 15% de los participantes respondieron que tal vez; informar sobre las medidas de prevención de enfermedades. el indicador a lograr de este componente es formar una cultura preventiva para conservar la salud por ello es importante que es precisamente los primeros años de vida son los más importantes en la adquisición de aprendizajes, el medio de verificación es la encuesta, la pregunta 7 ¿Cómo padre y madre de familia de qué manera cree usted que se debe orientar sobre el cuidado del aseo personal en los niños y las niñas?, el 20% cree que es mejor las capacitaciones, charlas y talleres, el 15 % contesto que eran las campañas y carteleras. Y el 65% contesto que no necesita capacitarse que existen otras formas de orientación en este tipo de temas; motivar el interés de padres y madres en la práctica de hábitos de higiene a través de una guía, el indicador a lograr es contribuir en el desarrollo integral de los hijos y las hijas es lo que se pretende como padre, madre de familia y como maestros se pretende apoyar dicha crianza por eso es un trabajo en conjunto, el medio de verificación es la encuesta exactamente la

pregunta 10 la cual expresa los siguientes resultados, ¿Cree usted que es necesario tener una guía informativa con aspectos que se enfoquen en orientar a padres y madres de familia en la práctica de hábitos de higiene para el cuidado de los infantes? el 90% de padres y madres de familia está de acuerdo de que la guía es una forma de orientación en temas de higiene y salud y tan solo el 10% estuvo de acuerdo en que es una estrategia que apoya el crecimiento de los hijos. Los supuestos que afectan el logro de los propósitos de los componentes son: Inasistencia de los padres y madres de familia a el taller y la ineficiente practica de hábitos de higiene y salud en el hogar a pesar de tener la información necesaria quizá se deba la poco tiempo que se dedica a los hijos pero se debe tomar en cuenta que la cantidad de tiempo no es lo más necesario si no la calidad de ese tiempo en el cual se logres grandes cosas y avances,

Las actividades que se realizan para el logro del proyecto son las siguientes: Actividades didácticas con temas referentes a hábitos de higiene para niños y niñas de tres años realizadas dentro del centro infantil en momento que se requieran como a la hora de ir al comedor, de ir al baño: la socialización de la guía informativa sobre la importancia de los hábitos de salud y prevención de enfermedades que se encuentra enfocada a la práctica de estos hábitos y su apoyo en el desarrollo de la autonomía de infantes que se encuentran entre los 3 años de edad dentro de este taller se encuentra la realización de un tríptico con todos los temas referentes a y la cartelera con consejos para prevenir enfermedades en la cual está la información correspondientes, el indicador que se toma en cuenta son todos los materiales que se utilizó como los materiales de oficina, hojas y el medio de verificación son todos los documentos que avalan los gastos realizados como facturas y notas de ventas, los supuestos que afectarían son : Inaplicabilidad de los conocimientos, recomendaciones y consejos expuestos para prevenir enfermedades y llevar una vida saludable pues se toma en

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

cuenta que muchos padres y madres a pesar de tener conocimiento sobre la importancia de los hábitos de higiene y salud no los practican; y el apoyo del Centro infantil para realizar el taller.

.

Tabla 5.

Matriz de marco lógico.

FINALIDAD.	INDICADORES.	MEDIOS DE VERIFICACIÓN	SUPUESTOS.
Prevenir la presencia de enfermedades en niños y niñas por la ineficiente limpieza personal.	Desarrollo integral de los infantes.	Encuesta realizada a padres y madres de familia . Pregunta N#6. 6.- ¿Cuál de los siguientes hábitos de higiene práctica en casa junto con su hijo y/o hija? Lavarse las manos. (30%) Cepillarse los dientes. (50%) Todos los anteriores. (20%)	Desinterés de los padres y madres por temas referentes a el cuidado de la salud de los hijos e hijas.
PROPOSITO. Practicar hábitos de higiene y salud en niños y niñas de tres años de edad.	Formación de hábitos de higiene y salud desde el hogar para una vida sana	Encuesta realizada a los padres y madres de familia Pregunta N# 4. 4.- ¿Qué acciones de limpieza personal realiza solo su hijo y/o hija? a) Se cepilla los dientes. (20%) b) Se viste y desviste. (20%) c) Se lava las manos y la cara. (20%) d) Ninguna, le ayudo en todas. (40%) .	Inaplicabilidad de programas y campañas propuestas por entidades gubernamentales.
COMPONENTES. Capacitar a padres y madres de familia sobre la importancia de conservar la salud para afianzar los aprendizajes. Informar sobre las medidas de prevención de enfermedades.	Incrementar el nivel de conocimiento sobre la importancia de practicar hábitos de higiene y salud. Formar una cultura preventiva para cuidar la salud.	Encuesta. Evaluación después del taller. Taller. Pregunta N#9. 9.- ¿Estaría dispuesto a participar de una capacitación que le brinde información sobre el cuidado de la salud y su incidencia en el desarrollo integral de los niños y las niñas? a) Si (85%) b) No (0%) c) Tal vez (15%) Pregunta N#7. 7.- ¿Cómo padre y madre de familia de que manera cree usted que se debe orientar sobre el cuidado del aseo personal en los niños y las niñas? a) Capacitaciones, charlas y talleres. (20%) b) Campañas, carteleras. (15%) c) No necesita capacitarse. (65%) Pregunta N# 10. 10.- ¿Cree usted que es necesario tener una guía informativa con aspectos que se enfoquen en orientar a padres y madres de familia en la práctica de hábitos de higiene para el	Inasistencia de los padres y madres de familia a el taller. Ineficiente practica de hábitos de higiene y salud en el hogar a pesar de tener la información necesaria.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

Motivar el interés de padres y madres en la práctica de hábitos de higiene a través de una guía.	Contribuir en el desarrollo integral de los hijos y las hijas	cuidado de los infantes? a) Si (90%) b) No (0%) c) Tal vez (10%)	
ACTIVIDADES. -Charla a padres y madres de familia sobre la importancia de llevar una vida sana en el desarrollo de las personas. -Tríptico consejos una vida sana. Taller a padres y madres de familia. -Cartelera acerca de la importancia de los hábitos de higiene y salud y su incidencia en el desarrollo de la autonomía de los niños y niñas. Aplicación de la guía informativa que apoya el desarrollo de la autonomía en párvulos de tres años a través de los hábitos de higiene y salud. -Exposición de actividades didácticas	• Material didáctico. • Material de oficina. • Espacio para el taller. • Materiales varios.	• Notas de venta. • Facturas. • 5.46 \$ • 1.60 \$ • 1.30\$	Inaplicabilidad de los conocimientos, recomendaciones y consejos expuestos para prevenir enfermedades y llevar una vida saludable. Apoyo del Centro infantil para realizar el taller.

Fuente: Diagrama de estrategias.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

CAPÍTULO V.

5. PROPUESTA.

Propuesta.

Elaboración de una guía informativa como respuesta ante la poca información que poseen los padres y madres de familia de como fomentar los hábitos de higiene y salud desde el hogar, en ella constan consejos, tips y medidas de prevención de enfermedades para conservar la salud y desarrollar la autonomía en los niños y las niñas de tres años de edad del Centro de Desarrollo Infantil Función Judicial ubicado en el Distrito Metropolitano de Quito.

5.01 Antecedentes.

La propuesta nace por la necesidad de que los infantes no practican hábitos de higiene a pesar de que en el centro de desarrollo infantil Función Judicial las maestras hacen el esfuerzo porque los niños y las niñas practiquen estos hábitos, se evidencia que en algunos hogares la práctica de dichos hábitos es deficiente y lo es por la falta de información acerca de temas referentes a la conservación de la salud que se logra en primer lugar con la práctica de hábitos de higiene, se debe informar a las familias sobre las medidas preventivas que se toman y cuales son lo hábitos de salud que se deben tomar en cuenta para evitar la propagación de enfermedades, hay que recordar que el desarrollo que tenga el infante en las primeras etapas influirá en su desarrollo futuro.

5.01.01. Datos informativos.

Nombre de la Institución: Centro de Desarrollo Infantil “Función Judicial”

Provincia: Pichincha.

Cantón: Quito.

Parroquia: Santa Prisca.

Dirección: Av. 18 de septiembre y Ayacucho.

Teléfono: 3216333.

Email: cifuncionjudicialyahoo.com

Régimen: Sierra.

Sostenibilidad: Privada.

Jornada: Matutina.

Número de estudiantes: 30

Número de maestros: 10.

Autoridad máxima: Lcda. Cumandá Vaca.

5.01.02 Reseña Histórica.

En el país la educación para los infantes se ha fortalecido durante los últimos años, razón por la cual los centros de desarrollo infantil, los CIBV o del Buen Vivir son creados para brindar servicio de educación para su desarrollo integral a menores de 5 años de edad. El centro de desarrollo infantil “Función Judicial” forma parte de la coordinación territorial del MIES zona norte del sector de Quito, indica su minuciosa labor con instalaciones y servicios a fin de dar seguridad a los niños y niñas que asisten diariamente a recibir una atención integral.

El centro de desarrollo infantil “Función Judicial” es parte de la iniciativa del estado como respuesta a la preocupación y necesidad de promover una educación y atención temprana en las primeras etapas de desarrollo infantil, funciona desde hace cinco años poniendo a disposición de la comunidad sus servicios de calidad, dando prioridad a las familias de escasos recursos económicos y de vulnerabilidad que por algún motivo no pueden dar la oportunidad a los infantes de participar de una atención y educación temprana. El centro actualmente ofrece sus servicios a 30 infantes que se encuentran entre uno y cinco años de edad, quienes se encuentran a cargo de 10 eficientes maestras que se encargan de su cuidado.

5.01.03 Objetivos.

5.01.03.01 General.

- Capacitar a padres y madres de familia mediante la guía sobre la importancia de fomentar los hábitos de higiene y salud desde el hogar para desarrollar la autonomía en niños y niñas de tres años de edad.

5.01.03.02 Específicos.

- Fomentar lazos afectivos entre padres e hijos en el hogar.
- Practicar hábitos de higiene en niños y niñas de tres años.
- Aplicar las principales medidas de prevención de enfermedades con los infantes.
- Determinar actividades didácticas que se apliquen en el hogar para potenciar los hábitos de aseo personal.

5.01.04 Justificación.

Educar a los niños y las niñas para la salud es educarlos para la vida, hoy en día se sabe que el estilo de vida que cada uno lleva es importante por el constante cambio que vive la humanidad, sin embargo existen muchos factores que influyen de manera negativa en un estilo de vida saludable, es por ello que el presente proyecto se ve enfocado en mostrar las medidas que se debe tomar en cuanto a conservar la salud se trata y va dirigida a padres y madres de familia por ser quienes protegen y apoyan el desarrollo de los hijos y la hijas.

Algunas personas pensarían que el problema de la deficiente práctica de hábitos de higiene y salud no tiene mucha transcendencia por creerse que es meramente tema de limpieza personal, pero al analizarlo a fondo se evidencia que este problema afecta a dos partes la personal y del ambiente que nos rodea, además de tratarse de un tema en el cual lo que nos interesa es el bienestar de nuestros niños y niñas.

Al no brindar una solución al problema que se presenta la consecuencia será que nuestros niños y niñas presenten una baja autoestima, constantemente se enfermen y no tengan ganas de aprender, además de no desarrollar habilidades y destrezas que les permitan desenvolverse de forma autónoma e independiente, razones por demás para que se dé la importancia que se merece a los hábitos de higiene y salud.

Los párvulos son agentes de cambio por ser la base de la educación y enseñanza, ellos son la esperanza de transformación de una sociedad, son ellos quienes al adquirir un aprendizaje significativo lo llevan a través del tiempo en sus etapas de crecimiento, si ellos FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

adquieren y practican hábitos de higiene y salud en edades tempranas estos aprendizajes los llevarán hasta la adultez.

La práctica de hábitos de higiene personal y salud tienen un rol importante en la prevención de enfermedades como la gripe, enfermedades bacterianas e infecciosas, en la adquisición de aprendizajes, en el desarrollo de destrezas y habilidades que mejoran la calidad de vida de quienes lo practican.

5.01.05 Marco Teórico.

Hábito.

Definición de hábito.

Según la Real Academia de la Lengua Española (2001) menciona que hábito es “modo especial de proceder y conducirse adquirido por repetición de actos iguales o semejantes”, partiendo de esta definición se puede deducir que un hábito es una conducta adquirida por la repetición de actividades de una rutina.

Según la Dra. Flores Araceli (s.f) define a los hábitos como “mecanismos estables que crean destrezas o habilidades, son flexibles y pueden utilizarse en la vida cotidiana. En el caso de las niñas y los niños, es la incorporación de rutinas que le proporcionan seguridad y confianza al saber que esperar dentro del hogar”

Para la Dr. Flores es dentro de nuestros hogares donde los infantes adquieren costumbres, tradiciones y por tanto de la misma manera adquieren modales, valores y hábitos de cualquier tipo como de orden, de higiene, de limpieza, etc.

Para la psicología, los hábitos son de cualquier acto que se adquiere por la experiencia y realizado regular y automáticamente. Los hábitos incluyen desde los gestos, la forma de mover las manos al hablar, también la satisfacción de las ansias personales ya sea el hábito de fumar, comer o de beber en exceso. Los psicólogos están interesados en el estudio de los hábitos debido a su función como elemento básico del aprendizaje y también, en ocasiones, como problema que debe tratarse cuando impiden o alteran el bienestar de una persona. (Microsoft Encarta, 2008).

Desde este punto de vista se menciona que los hábitos pueden ser buenos y malos, y son los malos hábitos lo que no permite que las personas mantengan una vida saludable, si bien es cierto que existen muchos factores para que esta vida saludable se forme son los buenos hábitos no solo de higiene y salud, sino todo aquellos que le permiten al individuo desarrollarse de una manera correcta, se liga a los hábitos a la forma de vivir de cada persona porque son un aprendizaje básico que debe ser inculcado y formado desde los primeros años de vida.

Importancia de un hábito.

La educación para la salud es importante en todas las edades, pero más aún en las edades tempranas en las cuales la plasticidad cerebral permite conexiones neurales más efectivas y la adquisición de aprendizajes es más espontánea.

Los hábitos cumplen un rol importante en el desarrollo del individuo, gracias a ellos se puede:

- Establecen horarios.
- Crean actitudes de responsabilidad y respeto.
- Establece normas y reglas.
- Crea conductas positivas.
- Permite ahorrar tiempo.
- Forma valores y modales.

La práctica de hábitos nos permite llevar una vida plena llena de satisfacciones y bienestar, además de dar respuesta a varias de las necesidades que se presentan en nuestro diario vivir, como el hábito de la puntualidad que a más de ser un valor es una aptitud, quien es puntual ahorra tiempo, energías y sobre todo demuestra el compromiso que tiene no solo con el mismo si no también con los demás.

Higiene.

Definición de higiene.

Kozier (2005), menciona que “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”. el autor hace referencia a la higiene como la práctica de acciones de aseo en las cuales el principal interés es conservar salud. (pág,774)

Según RAE (2010), define a la higiene como “parte de la medicina que tiene por objeto la conservación de la salud y la prevención de enfermedades”, es decir la higiene

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

son todas las acciones que se debe realizar para conservar un estado saludable adecuado, pues es el eje importante de los hábitos de higiene y salud que permiten verse y sentirse bien, de estos dependen el desarrollo de cada individuo.

Si bien es cierto que la limpieza personal es muy relevante en la conexión social del individuo, también lo es para otras áreas como el aprendizaje, es por ello que varias entidades encargadas de cumplir los derechos de los ciudadanos se han visto en la necesidad de promover programas, campaña y proyectos para promover la práctica de hábitos de higiene y salud de esta forma se pretende evitar una población poco saludable y productiva.

Tipos de higiene.

Higiene Personal.

Según Mantuano, R. Barahona, J. (2012) se refieran a la higiene personal como al acto, generalmente autónomo, que un individuo realiza para mantenerse limpio y libre de impurezas en su parte externa. En algunas personas, bien sea por algún tipo de impedimento físico, se les dificulta. Para el aseo personal suelen usarse productos químicos tales como jabón, aceites, cremas, champú, entre otros. El aseo personal es muy recomendado por la ciencia médica. Ayuda a prevenir infecciones y otras molestias, especialmente cutáneas. (pág. 14)

Al momento de verse y sentirse sano se habla del aseo adecuado del cuerpo, es precisamente a esto lo que se refiere la higiene personal al cuidado y mantenimiento saludable del cuerpo, como el baño diario, lavado de manos, utilización de cremas, beber

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

agua para mantenerse hidratado entre otras medidas que permitan conservar la asepsia corporal.

Higiene Dental.

Según Mantuano, R. Barahona, J. (2012) La higiene dental nos permitirá prevenir enfermedades en las encías y evitará en gran medida la caries. Pero una higiene dental se debe realizar de la forma y con las herramientas adecuadas. Además, se deberá dedicar el debido tiempo para que sea efectiva. (pág. 14)

Desde el momento de la aparición del primer diente se debe tener una higiene adecuada no solo por el cuidado de las piezas dentales sino también por la salud de las encías y del organismo, gracias a las diferentes tipos de dientes que tenemos se nos facilita la acción de masticar, rasgar, moler y tragar los alimentos de manera correcta, pero la falta de higiene en las piezas dentales provocaría la más común de las enfermedades las caries, que si no son tratadas a tiempo las piezas dentales deben ser extraídas para evitar dolores y malestares bucales..

Es recomendable lavarse los dientes antes y después de cada comida, utilizar la pasta y el cepillo adecuado, así se conservará la asepsia de los dientes.

Higiene en el Hogar.

Según Mantuano, R. Barahona, J. (2012) refieren que la higiene del hogar se tiende no solo en la limpieza diaria de la casa, pero en la práctica este concepto es mucho más amplio y corresponde a la suma de todas las medidas tendiente a prevenir infecciones, sus transferencias y en definitiva cuidar la salud de los integrantes del hogar. Hay más gérmenes en el estropajo de la cocina que en la taza del baño. La desinfección es un procedimiento que nunca debe saltarse al momento de limpiar, de lo contrario el ciclo de la higiene no está completo y se corre el riesgo de contaminar. (pág. 15)

De la misma forma UNICEF (2000), propone otras medidas de sanidad para mantener el hogar en condiciones adecuadas como: Eliminación diaria de desperdicios o basura, ubicación de los desperdicios o basura en lugares apropiados y en recipientes tapados, limpieza frecuente de los depósitos de almacenamiento y espacios donde se coloca la basura. (pág. 6)

UNICEF (2000) propone unas medidas de seguridad para evitar enfermedades y accidentes en los niño y las niñas dentro del hogar: Almacenar por separado los alimentos de los productos de limpieza y otras sustancias químicas; mantener productos de limpieza, detergentes, insecticidas, y medicamentos, en lugares apropiados y fuera del alcance de niños y niñas; mantener los alimentos en lugares adecuados, de fácil acceso, limpio y protegido de animales y ubicar los animales domésticos en lugares separados de los que habitan las personas. (pág. 6)

Las medidas que recomienda la UNICEF lo hacen para mantener un nivel de sanidad

adecuada en la población, por ser estas medidas la ayuda para mantener una calidad de
FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

vida mejor, las familias deben ser sensibilizadas para tomar en cuenta estas medidas y practicarlas.

Los infantes tienen la necesidad de conocer su casa y sus espacios, orientarlos en comportamientos favorables para su familia, la conservación del medio ambiente, de la escuela y de espacios de recreación.

Higiene en los Alimentos.

Según Mantuano, R. Barahona, J. (2012), Higiene de los alimentos incluye cierto número de rutinas que deben realizarse al manipular los alimentos con el objeto de prevenir daños potenciales a la salud. Los alimentos pueden transmitir enfermedades de persona a persona, así como ser un medio de crecimiento de ciertas bacterias (tanto en el exterior como en el interior del alimento) que pueden causar intoxicaciones alimentarias. (pág. 15)

Cuando los alimentos no son manipulados adecuadamente, pueden contaminarse y transmitir microorganismos, como bacterias, hongos y parásitos. Otra fuente de enfermedades es el manejo inadecuado de productos químicos como los insecticidas, herbicidas, detergentes u otros tóxicos, que pueden contaminar los alimentos. UNICEF (2000, pág. 7)

Al momento de la preparación de los alimentos estos deben ser en primera medida lavados, porque pueden tener gérmenes y bacterias por la manipulación que sufren en el proceso de adquisición, en el cuidado de los hijos y las hijas se debe incluir el lavado de

alimentos como una actividad lúdica para aprender, porque de esta manera los niños y las niñas conocen los alimentos.

Higiene escolar.

Según Mantuano, R. Barahona, J. (2012) la Higiene Escolar, desde el punto de vista científico, tiene un objeto claramente definido: la relación del educando con su ambiente. En el contexto de esta relación, ejercen su influencia múltiples factores que la Higiene Escolar estudia para descubrir leyes, regularidades, principios y reglas que aseguren la conservación y el fortalecimiento de la salud de los niños y las niñas, en el caso de la educación de la infancia temprana. (pág. 15)

La higiene y aseo escolar tiene varias características no se trata solamente de que el niño y la niña se vea limpio sino también de que su comportamiento sea el adecuado, al hablar de aseo en la escuela se habla de llevar limpio el uniforme, poner la basura en su lugar, mantener el orden del aula, conservar y cuidar los espacios de la escuela utilizar de manera correcta los sanitarios, no se debe olvidar que la escuela es como el segundo hogar de los estudiantes.

Importancia de la higiene.

La higiene son todas aquellas actividades de limpieza y aseo que realizamos con el fin de conservar la salud de la amenaza de enfermedades, al ser un aprendizaje influye en todas las áreas en el trabajo, en la escuela, en lo social y personal.

Es importante incorporar los hábitos de higiene y salud en los niños y las niñas desde edades tempranas, pues al considerarse una rutina de actividades diarias de limpieza favorecerán su crecimiento, aprendizaje y formación en cuanto a lo cultural corresponde, porque la incorporación temprana de los hábitos de higiene creara en el infante una cultura de prevención donde él tenga claro cuáles son las normas que debe seguir para mantenerse sano.

Afianzan los lazos de las personas, el niño y la niña aprende por imitación razón por la cual los adultos y sobre todos los padres son quienes inician con la incorporación de la higiene en la vida de sus hijos e hijas, además de apoyar el crecimiento de la autoconfianza e independencia de los pequeños de la casa.

La higiene es la encargada de prevenir enfermedades, sin la existencia de una rutina de aseo personal las personas se enfermarían con facilidad, al no lavarse constantemente las manos, al no lavar los alimentos antes de consumirlos estamos provocando que ingresen a nuestro cuerpo un sinnúmero de bacterias que producen enfermedades, como la disentería o las infecciones intestinales.

Beneficios de la higiene.

Según la Dr. Vilma Medina directora de GuiInfantil.com las prácticas de hábitos de higiene tienen muchos beneficios entre los cuales menciona los siguientes:

- Contribuyen al bienestar físico del organismo.
- Colabora con el bienestar psíquico del infante.

- Apoya a una socialización adecuada.
- Permite economizar tiempo en la realización de actos rutinarios de la vida diaria.
- Apoyan el desarrollo independiente de los niños y las niñas.

La Dr. Medina hace énfasis en estos puntos tal vez por verlos como los más relevantes en cuanto a la formación de los hijos y las hijas se trata, pero no olvidemos que a pesar de ser estos beneficios muy importantes son pocos comparados a los que se pueden lograr a través de la higiene personal en los infantes, recordemos que gracias a ellos y una correcta limpieza personal se lograra también:

- Mantener una limpieza corporal y salud bucal adecuada
- Crear una actitud de responsabilidad.
- Motivar la realización de tareas sencillas.
- Mantener una autoestima elevada y amor propio.
- Respetar normas.

Higiene personal.

Paris (2010), señala que “la higiene personal es el concepto básico del aseo, limpieza y cuidado de nuestro cuerpo”, en tanto se entiende como la higiene personal a todas aquellas acciones de aseo y limpieza que realiza el individuo para verse y sentirse bien.

Salas; Marat (2000) El hábito de higiene personal se manifiesta en el baño diario, lavarse las manos antes de cada comida y después de ir al sanitario, lavarse los dientes después de cada comida, cambiarse la ropa íntima todos los días, usar ropa limpia y calzado adecuado. La higiene personal tiene por objeto colocar al individuo en las mejores condiciones de salud. La limpieza de la persona es fundamental en la prevención de enfermedades y también contribuye en una autoestima positiva. (pág. 645)

Desde este punto de vista mencionan que el ambiente en que se desenvuelven las personas y los materiales que se usa para realizar la higiene personal son fundamentales e importantes que estén en buenas condiciones como la ropa la cual no es necesaria que este nueva pero si debe ser lavada después de usarla, el cepillo tanto de dientes como del cabello remplazado mínimo después de tres meses de uso, de esta manera se está previniendo enfermedades como la aparición de alergias en la piel y piejos en el cuero cabelludo.

Caiza, S. Martínez, P. (2015) La familia juega un papel fundamental para que los niños adquieran actitudes y hábitos adecuados en relación con la higiene personal, así como del entorno, el infante tiende a hacer aquello que ve, aunque en la escuela se hable sobre higiene y 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. (pág. 34).

La familia juega un papel importante en el fomento y adquisición de hábitos de higiene personal en los infantes, ellos son quienes se convierten en el principal ejemplo de

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

los niños y las niñas a pesar de que la escuela es un ente en el cual se utilizan diferentes estrategias y actividades con las cuales se refuerzan aprendizajes, aprendizajes que vienen desde el hogar y que marcan el estilo de vida que va a llevar esa persona en su crecimiento y desarrollo.

Higiene de las manos.

La limpieza de las manos es la más importante y principal pues debemos recordar que son la parte del cuerpo que están constantemente en contacto con todo el medio que nos rodea y más aún en la niñez etapa en la cual la exploración, observación y manipulación son elementales para aprender por eso es necesario cuidarlas y mantener una limpieza adecuada de las manos.

La Organización Mundial de la Salud (2009) recomienda pasos importantes para el correcto lavado de las manos: Paso uno mojarse las manos con agua, paso dos untar suficiente jabón (es recomendable utilizar jabón líquido) para cubrir toda la superficie de las manos; paso tres frotarse las palmas de las manos entre sí, paso cuatro frotarse la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa; paso cinco frotarse las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados; paso seis frotarse el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos; paso siete frotarse con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa; paso ocho frotarse la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa; paso nueve enjuagarse las manos con agua utilizar una toalla para

secárselas; paso diez utilice la misma toalla para cerrar el grifo y así las manos estarán limpias y lista para realizar otra actividad. (OMS, 2009)

De la misma manera propone un procedimiento para desinfectar las manos utilizando gel antiséptico y ahorrar agua: primer paso depositar en la palma de la mano una cantidad prudente de gel para cubrir toda la superficie; paso dos frotarse las palmas de las manos entres si, paso tres frotarse la palma de la mano derecha contra el dorso de la izquierda entrelazando los dedos y viceversa; paso cuatro frotarse las palmas de las manos con los dedos entrelazados; paso cinco frotarse el dorso de los dedos de una mano opuesta, agarrándose los dedos; paso seis frotarse con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa; paso siete frotarse la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y finalmente las manos secas están listas y seguras. (OMS, 2009)

Al parecer el proceso que la OMS propuso para el correcto lavado de manos es muy difícil, pero en realidad es muy sencillo y el cual dura de 30 a 40 segundos, elimina gérmenes y bacterias además ayuda a prevenir de enfermedades al organismo,

Higiene de los sentidos.

Posiblemente la cara es una de las partes las sensibles del cuerpo humano por el hecho de ser la parte en la cual se encuentran los sentidos principales, los ojos, la nariz, la boca y los oídos, sentidos por los cuales podemos observar y explorar le medio que está a nuestro alrededor, por eso es necesario que los padres y madres de familia enseñen a los

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

hijos y las hijas el aseo correcto de estos sentidos, sin olvidarnos del tacto que es el sentido por el cual nuestro cuerpo está protegido desde la cabeza hasta los pies.

Higiene de los ojos.

Los ojos son los órganos de la visión que nos permite ver las imágenes del medio que nos rodea y merecen una higiene adecuada a pesar de que nos olvidamos de cuidarlos de la manera que ellos se merecen.

CLASA (2004) define a los ojos como el sentido de la vista que está integrado por los ojos, por las vías ópticas y por la representación que se produce en la corteza cerebral., además el ojo funciona como una cámara fotográfica y los párpados, las pestañas y las cejas cumplen la función de protegerlo (pág. 154)

Los ojos son un sentido sensible y debemos cuidarlo para evitar infecciones y enfermedades que luego repercutan en la visión a continuación algunas recomendaciones.

- No frotarse los ojos cuando se tenga las manos sucias.
- Si se presenta algún malestar no administrar ningún medicamento.
- No ver la televisión desde una distancia muy cercana.
- Leer con la luz necesaria.
- No exponer los ojos a los rayos del sol.
- Evitar el contacto de los ojos con productos perjudiciales.

Higiene de los oídos.

CLASA (2004) menciona que el oído es el sentido de la audición que permite al hombre la comunicación, la educación y la relación en general con el mundo de los sonidos. Por eso se lo llama el sentido social. El órgano receptor es el oído, que consta de tres partes: oído externo; oído medio y oído interno. (pág. 152)

El oído al ser un órgano muy sensible necesita la asepsia adecuada para evitar infecciones que resultan dolorosas, que además afectan a los infantes en el desarrollo de su lenguaje y bienestar auditivo. Es necesario limpiar esta zona pero que se lo haga con mucha delicadeza.

La correcta higiene del oído es importante a continuación algunos consejos.

- Limpiar los oídos durante el baño.
- Se debe alternar los días para limpiar los oídos.
- Se debe llevar a los infantes a un chequeo de la audición por lo menos una vez al año.
- No introducir objetos que no sean de uso exclusivo para limpiar los oídos, es recomendable limpiarlos con la punta de una toalla.

Higiene de la nariz.

CLASA (2004) define que tanto el sentido del gusto como del olfato son, químicos, esto quiere decir que solamente registran sabores u olores si una partícula sólida se disuelve en la saliva, o una partícula gaseosa lo hace en la mucosa nasal. Cuando esto ocurre, se produce la sensación que, llevado a los centros cerebrales correspondientes será registrada y decodificada.

(pág. 158)

La mucosidad nasal realiza una función purificadora del aire al momento que respiramos, filtrando y reteniendo las partículas extrañas que éste contiene, a la vez durante la inspiración la nariz proporciona al aire temperatura y humedad adecuadas antes de llegar a los pulmones. Para mantener esta función de filtrado y acondicionamiento del aire inspirado es necesario eliminar de las fosas nasales el exceso de mucosidad. La limpieza de la nariz debe hacerse utilizando un pañuelo limpio y tapando alternativamente una ventana nasal y luego la otra, y sin expulsar el aire con excesiva fuerza o brusquedad.

(Dra. Mato, 2011)

La nariz no solamente funciona para respirar, tienen otras funciones importantes como la de proporcionar el oxígeno suficiente a nuestros pulmones y su función más importante es la de la espiración, el cuidado de la nariz puede ser difícil pero necesario, a continuación, sugerencias para mantener una buena asepsia de la nariz.

- No introducir objetos extraños en las fosas nasales.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

- Mantener fuera del alcance de los niños y niñas objetos pequeños que puedan introducirse en las fosas nasales.
- Evitar el contacto con objetos a los cuales sea alérgico o alérgica, así se prevendrá las posibles irritaciones.
- Usar protección cuando se realiza actividades de aseo como limpiar el polvo o al utilizar materiales químicos como detergentes fuertes, insecticidas entre otros.
- Sonarse la nariz cuando se padezca de resfriados, acudir al médico para que sean recetados los medicamentos que ayuden a la mejora del mal estar.

Higiene del gusto

(CLASA 2004) el gusto se halla ligado íntimamente al olfato, ya que el aroma de una sustancia ayuda a distinguir su sabor. Hay cuatro sabores principales que el hombre puede diferenciar: dulce, salado, amargo y ácido, en tonto puede distinguir miles de olores.(pág. 158)

Se refiera a la salud de la boca y de los dientes recordando que la boca no es solo los dientes y los labios, también son el paladar, y la lengua, un correcto cepillado de dientes, una alimentación balanceada y un chequeo médico periódico ayudaran a mantener la salud oral en condiciones favorables.

El infante desde la aparición de la primera pieza dental debe tener un aseo de las mismas, a medida que pasa el tiempo el infante lo podrá hacer solo, con la ayuda y el ejemplo del adulto por ello es recomendable las siguientes acciones para mantener un aseo excepcional bucal.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

- Elegir el cepillo y pasta dental según la edad de la persona.
- Cambiar de cepillo de dientes cada tres meses.
- Cepillarse los dientes antes y después de cada comida.
- Evitar el consumo excesivo de golosinas y comida chatarra.
- Realice visitas al odontólogo periódicamente.
- Utilizar enjuagues bucales e hilo dental.
- No manipular objetos con la boca.

Higiene de la piel.

CLASA (2004) refiere que el sentido del tacto reside en la piel que recubre todas las partes externas del cuerpo. La sensibilidad es el resultado de la transmisión de los impulsos nerviosos al cerebro, desde la superficie corporal, sensibilidad superficial y desde los músculos, articulaciones y órganos internos del cuerpo, sensibilidad profunda. (pág. 156).

La piel es el sentido principal de defensa de todo nuestro cuerpo pues se encuentra desde la cabeza hasta los pies, de su cuidado depende su estado saludable, y al no existir la limpieza adecuada es casi no imposible darse cuenta, además es la barrera protectora del cuerpo.

Los cuidados que se debe dar a la piel son sencillos y protegen nuestra salud corporal en tanto al sentido del tacto se refiere, algunos consejos a continuación sobre la higiene de la piel.

- Darse un baño de 3 a 4 veces por semana, en épocas calurosas es recomendable ducharse a diario.
- Evitar el exceso de la exposición al sol, al polvo, a la humedad o al frío, utilizar productos que protejan la piel como el protector solar y repelentes.
- Bañarse después de realizar actividad física.
- No utilizar productos para la piel que provoquen lesiones, en caso de aparición de lesiones acudir al médico.
- No exponerse a cosas calientes, ni situaciones de riesgo como quemaduras.
- Cambiarse de ropa en general e interior a diario.
- Bañarse con agua tibia, no usar agua muy caliente o muy fría pueden provocar irritaciones.

Higiene del cabello.

El cuero cabelludo es una capa de piel que protege a el cráneo, por ello es necesario que cada infante se lave el cabello con frecuencia para evitar la aparición de piojos y otras afecciones al cuero cabelludo, por el mismo hecho de que el cabello se encuentra expuesto a todo tipo de clima como el calor, el frío, u otros elementos como el smog, el polvo, se ensucia con facilidad de ahí que se necesite el cuidado necesario.

La adecuada higiene para el cabello depende del tipo de cabello que tengan las personas para Tierra, V (206), existen dos tipos de cabello el seco y el graso, dado de los dos casos es recomendable el cuidado.

Para el cuidado y asepsia del cabello se expone a continuación algunas sugerencias que ayudaran a mantener un cabello limpio y nutrido.

- Utilizar el shampoo de acorde a la edad y al tipo de cabello.
- No es recomendable cepillar el cabello mojado o húmedo, espera que este seco para hacerlo.
- Utilizar peinilla y cepillo exclusivos para ti, eso evitara el contagio de piojos o caspa.
- Usa agua tibia o fría para lavar el cabello, el agua caliente lo quebrara con facilidad.
- Al momento de lavar el cabello masajea suavemente esto además de remover la suciedad, relaja las tenciones.
- No utilice secadores y/o planchas sin productos necesarios para evitar la caída del cabello.
- Evitar llevar el cabello suelto por la exposición a la contaminación.

Higiene de los pies.

Los pies son la base de la movilidad del individuo, sin embargo, no les ponemos mucha atención a su cuidado y aseo diario, los limpiamos cuando nos bañamos, cuando el cuidado debe ser diario, para evitar enfermedades de los pies.

La salud preventiva en el cuidado de los pies nos exige mucha atención quizá no sea solo los pies los que se vean afectados con su poco cuidado, recordemos que al utilizar todo el tiempo calzado eso hace que aparezcan los malos olores e infecciones a causa del sudor que provoca la poca ventilación por el uso de los zapatos,

Para llevar una buena higiene de los pies a continuación se exponen algunos consejos útiles que ayuden al cuidado de enfermedades como los hongos y le pie de atleta.

- Lavarse todos los días los pies.
- Durante el secado de los pies evitar dejar zonas mojadas en especial entre los dedos eso provocaría la aparición de hongos.
- Utilizar el calzado adecuado, ni muy flojo, ni muy ajustado, pues eso provocaría irritaciones en las partes afectadas como los talones y juanetes.
- Usar el calzado limpio y exclusivamente propio.
- No andar descalzo pues se expone a accidentes, en caso de andar descalzo lo recomendable es que los laves con jabón.
- Usa medias y calcetines correctos, y cámbialos a diario.

- Evita utilizar el mismo par de zapatos por más de dos días seguidos y de medias.

Higiene de los genitales.

Las rutinas de aseo son imprescindibles en la salud de los niños y niñas en tanto no se puede olvidar del aseo diario de sus partes íntimas, en el caso de las niñas el cuidado de la vagina es necesario para sentirse bien al no hacerlo puede aparecer infecciones e irritaciones, lo mismo sucede con el pene en el caso de los niños debe tener un aseo adecuado pues la falta de limpieza puede provocar infecciones, irritaciones y malos olores.

Tierra Vanessa (2016) manifiesta que los genitales, al estar tan próximos a los orificios de salida de la orina y las heces. Son una parte del cuerpo que requiere especial atención. Tanto la vulva como el pene tienen una serie de pliegues que hay que separar para lavarlos correctamente, ya que estos facilitan la acumulación de restos de orina y secreciones diversas. (pág. 30)

Los niños al momento del aseo del pene deben hacerlo con un jabón de uso exclusivo y enjuagar muy bien con agua tibia o fría, al momento de ir a orinar se debe dejar que gotee la última gota de orina, no es recomendable utilizar papel higiénico por el riesgo de que se quede n restos de papel en el miembro provocando irritaciones.

Las niñas deben realizar el aseo de adelante hacia atrás para evitar que los residuos de la deposición u orina provoquen irritaciones en las partes sensibles de la

vagina, se debe enjuagar con agua tibia el monte de venus y hacerlo de una manera delicada.

Salud.

Definición de salud.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), salud es “el estado completo de bienestar físico y social que tiene una persona”, en primeras instancias la OMS se refirió como salud solamente al buen estado físico y social de los individuos, en la década de los cincuenta este concepto cambio por otro más amplio en donde con la Organización Panamericana de la Salud (OPS) se redefinió a la salud como el “el estado completo de bienestar físico y social que tiene una persona y que tiene que ver directamente con el medio ambiente que rodea a los individuos”

El Dr. Ferrera Floreal (s.f) apoyándose de la definición de salud según la OMS dividió en tres áreas. La salud física, mental y social, cada una de ellas con su propia definición y características.

La salud física, que corresponde a la capacidad de una persona de mantener el intercambio y resolver las propuestas que se plantea. Esto se explica por la historia de adaptación al medio que tiene el hombre, por lo que sus estados de salud o enfermedad no pueden estar al margen de esa interacción.

La salud mental, el rendimiento óptimo dentro de las capacidades que posee, relacionadas con el ámbito que la rodea. La salud radica en el equilibrio de la

persona con su entorno de ese modo, lo que le implica una posibilidad de resolución de los conflictos que le aparecen.

La salud social, que representa una combinación de las dos anteriores: en la medida que el hombre pueda convivir con un equilibrio psicodinámico, con satisfacción de sus necesidades y también con sus aspiraciones, goza de salud social. Ferrera (s.f).

El Dr. Ferrera vio la importancia de entender a la salud no simplemente como el bien estar físico de las personas, sino más bien nos da un enfoque más amplio donde nos explica claramente que estar sano no solo hace referencia al aspecto físico, sino también al emocional y al social, lo cual evidencia que el ser humano es un ser integral

Importancia de la salud.

La salud al ser estado óptimo del cuerpo tiene mucha importancia en el desarrollo del ser humano, al tomar medidas de prevención y protegernos de enfermedades estamos tomando actitudes favorables para mantenernos sanos.

La importancia de la salud radica en que gracias a ella podemos crecer, trabajar, formar una familia, adquirir aprendizajes y conocimientos, desenvolverse en el medio, la salud lo es todo, nos permite desarrollar todas las actividades con bienestar y alegría, gracias a ella podemos hacer uso de nuestras facultades tanto físicas, emocionales y sociales.

En la crianza de los hijos y las hijas se deben tomar las medidas necesarias para conservar la salud de los infantes para prevenir la presencia de enfermedades muy

comunes en las primeras etapas de vida, la salud le permite al niño y la niña un correcto crecimiento y le da la oportunidad de un desarrollo integral adecuado.

Medidas de prevención de enfermedades.

NIVELES DE PREVENCIÓN:

Prevención Primaria: es una intervención previa a la aparición de un problema de salud -accidente, incapacidad, infecciones, etc.- para evitarlo y disminuir su incidencia.

Existen muchos instrumentos de prevención primaria, siendo la Educación para la Salud uno de los fundamentales. Otros son, por ejemplo, la potabilización del agua, medidas de seguridad e higiene en el trabajo, la correcta manipulación de alimentos, la promoción del deporte, las inmunizaciones, etc. (Mora, D. 2008)

Prevención Secundaria: se realiza al inicio de la aparición de un problema de salud, a través del diagnóstico temprano y el tratamiento adecuado, con el fin de reducir la gravedad, duración y evolución de las enfermedades, accidentes o incapacidades. En algunos casos puede ser necesario tomar medidas generales como la prohibición de un producto causante del problema o modificación de factores de riesgo. (Mora, D. 2008)

Prevención Terciaria: implica la reeducación, rehabilitación y reinserción de las personas que han padecido un problema de salud, como también evitar las recaídas.

Actualmente se estudian nuevos factores de prevención, sobre todo en la denominada biología prospectiva. Los avances científicos y los progresos de la

técnica apuntan a una nueva disciplina relacionada con la prevención: la medicina

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

predictiva. En la misma se enmarcan los diagnósticos prenatales, por ejemplo, que forman parte de un nuevo tipo de prevención, la denominada primordial, que permite descubrir los factores predisponentes y abre una nueva vía a las investigaciones sobre la salud de los individuos. Pero este nuevo camino está planteando no pocas cuestiones éticas: cada vez son más los expertos que se preguntan hasta dónde se puede utilizar el derecho a saber o no saber, en relación con estos temas. (Mora, D. 2008)

Para Mora estos niveles de prevención de enfermedades apoyan las medidas que se deben tomar para evitar la propagación de enfermedades en la población y mejorar la calidad de vida de los individuos es deber de todos, empezando desde las familias hasta los grandes entes gubernamentales quienes deben proveer los elementos, herramientas y medios para lograrlo.

CLASA (2004), hace referencia a las conductas útiles para una buena salud, mantener un buen estado de salud demanda una serie de requisitos para tener en cuenta, como una correcta alimentación, el aseo personal, el control médico y el cuidado de la vivienda son algunas de las condiciones de vida que nos mantendrán mejor. (pág. 184)

En el hogar.

- Los pisos y las paredes deben ser de fácil acceso y limpieza y aislante de la humedad.
- Los techos deben ser aislantes del calor y la humedad.

- El espacio debe ser amplio para la tenencia de mascotas, recordando las medidas en cuanto a las enfermedades que estas nos pueden transmitir.
- Las instalaciones y conectores deben tener protecciones para evitar la manipulación de los niños y las niñas.
- Mantener fuera del alcance de los infantes productos que puedan ingerir, medicamentos y otros de riesgo.

Para International Child Resource Institute (publicación actual 2017) el cuidado de la salud de los niños y las niñas es un punto clave en el crecimiento y el aprendizaje por ello exponen las siguientes medidas de prevención de enfermedades.

- Solicite y verifique que niños y adultos se laven las manos correctamente.
- Ventile todos los ambientes donde los niños pasan el día y llévelos a espacios al aire libre con la mayor frecuencia posible.
- Disponga de abundante espacio para que los niños jueguen, tanto en ambientes cerrados como al aire libre.
- Limpie y desinfecte los lugares donde se cambian los pañales, los baños y donde comen los niños, así como los muebles y los juguetes.
- Reduzca los gérmenes limpiando su entorno con agua y detergente, y luego desinfecte con cloro.
- Enseñe a los niños y a quienes los cuidan a estornudar y toser lejos de otras personas: inclinando la cabeza hacia el piso, cubriendo nariz y boca con el codo, o contra su hombro. Cuando uno se cubre la nariz y la boca con las

manos al toser o estornudar, esparce los gérmenes sobre todas las superficies que toca hasta que vuelve a lavarse las manos.

- Utilice agua corriente, jabón líquido y toallas descartables de papel para el lavado de manos.
- No permita que se compartan los objetos de uso personal (cepillos de dientes, etc.)
- Repase las prácticas recomendadas para prevenir y tratar las enfermedades infecciosas en niños.
- Solicite todas las vacunas y controles de salud de los niños, como un control del crecimiento, del desarrollo, la visión, la audición, anemia, índices de plomo y tuberculosis (cuando sea preciso), etc.
- Limpie cuidadosamente cualquier mancha de sangre y/o de fluidos corporales, aunque el hacerlo le suponga mucho trabajo.
- Por razones de seguridad, maneje siempre los fluidos corporales de niños, adultos y animales, y las superficies con las que éstos estuvieron en contacto, como si fueran potencialmente infecciosos.
- Tome medidas activas para educar al personal, a las familias y a los niños acerca de las características de las enfermedades infecciosas. Enséñeles cómo prevenir su propagación y cómo cuidar correctamente a los niños cuando se encuentran enfermos.

Enfermedades comunes por falta de higiene.

CLASA (2004), “enfermedad es la ruptura del equilibrio tanto en el aspecto físico como el psíquico del individuo y su relación con el medio ambiente” (pág. 82), quiere decir entonces que la enfermedad es la ausencia en la salud a pesar de que se puede recuperar la salud la enfermedad puede aparecer de nuevo.

La higiene y el aseo son medidas de prevención de enfermedades sin embargo al no existir estos dos factores se propagan enfermedades, los más vulnerables a presentar enfermedades son los pequeños y las pequeñas de 3 a 5 años de edad por el manejo riguroso de rutinas a los cuales no pueden ser expuestos y por la atención que los padres y madres le den a la práctica de valores en el hogar, la escuela en esta problemática debe reforzar la práctica de estos hábitos.

Algunas de las enfermedades más comunes por la falta de higiene y aseo personal son las siguientes:

Enfermedades estomacales o intestinales.

La forma en que se transmiten estas infecciones puede ser muy directa. . Miles de microbios y lombrices (o sus huevecillos) surgen de las partículas de las heces de las personas infectadas. Pasan de la popó de una persona a la boca de otra por medio de uñas y dedos sucios, o de agua o comida contaminada.

Por ejemplo: Un niño que tiene lombrices y que olvida lavarse las manos después de ir al baño le ofrece una galleta a un amigo. Sus dedos y uñas están contaminadas de pequeñas partículas de las heces y éstas se pegan a la galleta siendo ahora

portadora de microbios. Cuando su amigo se come la galleta es cuando ocurre la infección y surge la enfermedad. También el consumir alimentos preparados en espacios públicos es probable también contraer alguna enfermedad, pues se desconoce su manera de preparación, su calidad de limpieza y aunque no se vean, se ignoran todas las partículas contaminantes que se encuentran en el aire y se pegan a la comida. (Aguilar, Stephany, 2012)

Las enfermedades que puede contraer un infante por los casos expuestos por Aguilar (2012) en ocasiones con severas consecuencias son las siguientes.

- diarrea y disentería (causadas por amibas y bacterias)
- lombrices intestinales (distintas clases)
- hepatitis, fiebre tifoidea y cólera.

Pediculosis (Piojos).

Es una afección cutánea producida por la infestación de piojos que se acompaña de síntomas característicos como: la sensación de cosquilleo, de algo que se mueve en el cabello; Picazón, ocasionada por la reacción alérgica a las picaduras y a la vez Irritan el cuero cabelludo por rascarse. (Aguilar, Stephany, 2012)

Por lo general los piojos se aogan en el cuero cabelludo, lo hacen por la falta de higiene en el cabello, se enganchan en los cábelos y la forma de contagio es de varias formas como el utilizar cepillos de otras personas que estén infectadas, la otra es la del contacto directo con una persona que este con piojos.

Conjuntivitis.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

La conjuntivitis es una infección común en áreas secas y polvorientas. Se propaga cuando la secreción de los ojos de una persona infectada entra en contacto con otra persona, es decir, un contacto directo. Esto puede suceder, por ejemplo, cuando una mosca se posa sobre la secreción del ojo de una persona infectada y transporta los microbios al ojo de otra persona. También puede ocurrir cuando las personas se limpian la cara con la misma toalla o pañuelo que ha sido utilizado por una persona infectada. (Aguilar, Stephany, 2012)

Los infantes son muy propensos a tener este tipo de irritación en sus ojos por el mismo hecho de que juegan en el suelo se ensucian y luego se llevan las manos a la cara, se frotan los ojos, se llevan los dedos a la boca, por ello es necesario que después del juego se laven bien las manos.

Las caries.

UNICEF (2000) Entre las enfermedades más comunes de los dientes se encuentran las caries, que son ocasionadas la falta de una adecuada higiene bucal. Las caries son una puerta de entrada a infecciones peligrosas, cuando se presentan deben atenderse rápidamente por el odontólogo para no tener que ser extraído el diente a causa de su mal estado. Un diente dañado además puede causar intensos dolores que afectan la asistencia de las personas a la escuela o trabajo. (pág. 4)

Se debe recordar que los dientes son parte importante de nuestro cuerpo y cumplen funciones específicas durante la alimentación: cortar, rasgar, triturar y cada uno de ellos cumplen un papel fundamental para una adecuada alimentación y nutrición.

Visitar al odontólogo periódicamente también evitaría la aparición de las caries y le deterioro de las piezas dentales, en los niños y las niñas se debe motivar y estimular dicha visita para que no tengan miedo al médico y acudan por su salud.

Hábitos de salud.

Lic, Velázquez Suhail hace referencia que Llamamos hábitos saludables a todas aquellas conductas que tenemos asumidas como propias en nuestra vida cotidiana y que inciden positivamente en nuestro bienestar físico, mental y social. Dichos hábitos son principalmente la alimentación, el descanso y la práctica de la actividad física correctamente planificada. (s.f)

A diferencia de los hábitos de higiene que hace referencia a la buena asepsia del cuerpo, del hogar, de la escuela y del lugar de trabajo para prevenir enfermedades, los hábitos saludables o de salud se enfocan más en medidas mayores como la buena alimentación y un correcto descanso.

Dichos hábitos saludables se deben empezar a fomentar desde edades tempranas, pero es recomendable hacerlo desde los tres años porque es la etapa en la cual se forma el autocontrol, la independencia y autonomía, a pesar de que algunos hábitos como el descanso deben estar ya establecidos desde antes.

Buena alimentación del infante.

Los hábitos alimenticios deben ser los adecuados para gozar de un equilibrio en la salud y evitar enfermedades graves en los infantes como la obesidad, la diabetes infantil y otros trastornos que impedirían a los pequeños desarrollarse de manera correcta.

UNICEF (2004) recomienda que a los niños y niñas de tres años “darles tres comidas diarias y dos extras –a media mañana y merienda– con una dieta equilibrada en lácteos, azúcares de frutas, masas, carnes y verduras” (pág. 135), equivalente a una dieta equilibrada para la edad en la que se encuentra el infante.

Al hablar de una buena y equilibrada alimentación no se hace referencia a eliminar de la dieta de lo niño y las niñas algún alimento, el secreto está en llevar esa dieta equilibrada, dividida en cinco comidas diarias, balanceando y cambiando las comidas para que no sean rutinarias y creen en los infantes el rechazo por algunos alimentos.

Montesinos, R. (2014) manifiesta que las necesidades nutritivas se cubrirán a lo largo del día y se recomienda repartirlas en 5 comidas: desayuno (25%), almuerzo (10 o 15%), comida (30 o 40%), merienda (10 o 15%) y cena (20 o 30%) para que nuestras digestiones sean mejores y que en ningún momento nos falte energía para afrontar las actividades diarias. (pág. 10)

MIES (2016) En el país, el consumo de alimentos con exceso de azúcar, sal y grasas trans ha incidido en el aumento de los factores de riesgo más comunes: sobrepeso y obesidad. La Organización Mundial de la Salud define a los factores de riesgo como cualquier rasgo, característica o exposición de una persona que aumente su probabilidad de sufrir una enfermedad o lesión. En este caso, obesidad y sobrepeso son factores de riesgo para graves enfermedades crónicas no transmisibles como diabetes tipo 2 e hipertensión.

Las comidas durante el día son importantes, pero la más importantes según muchos especialistas de la nutrición es el desayuno, pues después del descanso que mantuvo el cuerpo, pierde energía y se regenera por lo cual tener un desayuno variado y rico en nutrientes nos darán las energías necesarias mucho más a los pequeños y pequeñas que tienen demasiadas energías y las desgastan todas, la buena alimentación les permitirá sentirse bien y rendir bien en el centro infantil y en la escuela, lo mismo sucede con los adolescentes que por sus cambios en todas las áreas les exige el cuerpo nutrientes y proteínas.

Las cinco comidas son conformadas por:

- Desayuno. Este debe ser variado y el más importante a la hora de comer
- Colación media mañana. Es recomendable que sea una fruta o porción de la misma y cereales.
- Almuerzo Debe tener variedad puede estar compuesto por verduras, pastas, arroz, carnes, pescado entre otros lo importante es que no contenga alta cantidad de carbohidrato.
- Colación a media tarde debe ser igual ligera, frutas, cereales, lácteos y beber agua.
- La cena. No debe ser muy tarde y debe ser ligera como bocadito, una pieza de pan, un pequeño sandwich, etc.

MIES (2016) en su programa CNH promocionada de diferentes formas a través del folleto Hábitos saludables de crianza en el cual expone que la alimentación y nutrición de niños y niñas de dos años es complementaria y para esta edad las niñas

y los niños han experimentado nuevos sabores, textura, temperaturas y saben aceptar o rechazar diferentes alimentos. Es primordial respetar su gusto. En esta edad las niñas y los niños pueden dejar de comer, es importante estar alerta ya que podría caer en falta de apetito que los lleva a la desnutrición. La familia puede reemplazar estos alimentos rechazados por otros de igual valor nutricional.

A los infantes se les debe ofrecer variedad de alimentos como:

- Verduras: zambo, zapallo, zanahoria, col, choclo, maíz, habas, brócoli, frejol, acelga, apio, espinaca, etc.
- Tubérculos: melloco, oca, papa, yuca, zanahoria blanca.
- Legumbres: garbanzos, lentejas, chochos entre otros.
- Frutas: de acuerdo con la temporada como: la manzana, papaya, naranja entre otras. (pág. 16)

Es importante también que a la hora de comer se estimule y motive al infante a comer, como decirle que esta grande y puede hacerlo solito, que, si como va a ser fuerte y crecer mucho, orientarlo en el correcto uso de la cuchara, no regañarle si se ensucia recordemos que es un proceso de aprendizaje que al principio era difícil pero lo ira mejorando con la práctica.

Deporte en la 1ra infancia.

Deporte: m recreo placer, diversión, pasatiempo/ Es Ejercicios físico por lo común al aire libre practicado individualmente o por equipos, para superar una meta o a un

adversario que por lo regular tiene reglas. (Diccionario océano), por tanto, el deporte puede definirse como cualquier actividad de carácter físico que se realiza por diverjan.

Existen un sinnúmero de deportes para practicar y dejar de lado el sedentarismo que no son un apoyo en la vida saludable que se debe llevar, para los infantes se recomiendan algunos deportes que les brindan muchos benéficos.

- Previene dolencias futuras.
- Evita enfermedades como la obesidad, la hipertensión y enfermedades vasculares.
- Permite el equilibrio emocional y eleva la autoestima.
- Crea lazos afectivos.
- Permite gozar de una buena condición física.

La natación es un deporte que se inicia desde bebés por lo tanto es uno de los más aconsejables pues permite el desarrollo motriz, control postural, desarrollo de la seguridad y autonomía del infante.

El poder montar en la bici es otra de la recreación más recomendada en los niños y las niñas, este se puede iniciar desde los tres años, claramente con la ayuda del adulto, el pedalear la bicicleta le ayuda en la formación de su sistema muscular, en su desarrollo motor y en el desarrollo del equilibrio.

La gimnasia es un deporte que requiere de equilibrio tanto físico como emocional este deporte puede iniciarse desde los ocho años de edad por la complejidad que requiere es casi una disciplina.

Salir a caminar es otro de los pasatiempos que se debe realizar con los hijos, puede ser a un parque u otro lugar abierto donde haya la oportunidad de poder compartir un momento ameno con la familia, y se crearan lazos afectivos fuertes de confianza y y fomentar el diálogo

Ocio y tiempo con la familia.

El ocio son aquellas actividades que se pueden realizar en los tiempos libres, después de las actividades como el trabajo, el estudio, los negocios entre otro, la familia es un ente importante en el crecimiento de los individuos no se debe olvidar que es precisamente el núcleo familiar es la base de una sociedad, disfrutar los tiempos libres en familia es la mejor de las distracciones para relajarse y liberarse de las tensiones.

Montesinos, R. (2014) manifiesta que si como padres somos capaces de divertirnos en nuestro tiempo libre lo más normal será que nuestros hijos generen hábitos parecidos y disfrutar de aficiones comunes que proporcionen cohesión, comunicación y convivencia.

- Favorece la cohesión familiar.
- Incrementa la autoestima y autoconfianza de los menores.
- Les proporciona autonomía y confianza.
- Favorece la intercomunicación personal y la interacción grupal.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

- Desarrolla aficiones que en momentos de aburrimiento podrán utilizarse.
- Aprenden a gestionar el tiempo.
- Es una manera estupenda de conocer en profundidad los gustos de los menores y saber sus preferencias. (pág.15,16)

Desde esta premisa debemos tomar en cuenta que todo lo que se haga debe ser con el fin de que los hijos y las hijas sigan el ejemplo, por ello es importante que los padres se enfaticen en lograr la armonía para lograr, no somos perfecto es verdad, pero con un poco de esfuerzo se puede lograr.

La adquisición de hábitos saludables no son el simple hecho de cuidar de nuestra salud para vernos y sentirnos sano sino más bien sin un aprendizaje que nos acompañara por el resto de nuestra vida, el cual marca nuestra calidad de vida en etapas posteriores.

Para potenciar el aprendizaje de los infantes se propone diferentes actividades las siguientes son al aire libre y en compañía de la familia.

Montesinos, R. (2014) propone actividades las cuales deben ser actividades atractivas, prácticas, a las que se puedan acercar con los cinco sentidos. Para habituarles a respetar y a querer la naturaleza, hay que fomentar en ellos una actitud ecológica.

- Aprovechar el buen tiempo para hacer salidas a la naturaleza, enseñarles la riqueza del mundo animal y vegetal.

- Los días fríos visitar fundaciones, museos u observatorios que promueven el respeto por la naturaleza.
- Animarlos a escribir historias y dibujos sobre la naturaleza.
- Implicarles en el reciclaje, el aprovechamiento de material y la responsabilidad en el gasto de energía. Actitud ecológica.
- Comentar la experiencia, sacar fotos. (pág. 17)

Actividades que apoyan el cuidado, admiración y exploración de la naturaleza desde cuando somos niños y niñas, permite a los padres a relajarse y escuchar a los hijos e hijas de cómo se siente, que piensan a pesar de que tengan una edad muy corta.

Otras actividades que se recomiendan son los juegos fáciles, los de mesa, el de palabras y adivinanzas los cuales pueden ser realizados dentro de la casa, las actividades por más sencillas que sean si son fuera del horario de las actividades diarias mientras sean compartidas por todos los miembros de la familia favorecerán los lazos afectivos.

Chequeo médico.

Las atenciones a la salud desde edades tempranas previenen que aparezcan enfermedades, por eso es necesario que desde la etapa prenatal se realicen los chequeos pertinentes para verificar el estado tanto de la madre como del hijo.

El medico es el amigo de nuestra salud, no es necesario sentirse enfermo para acudir a un chequeo con un especialista de la salud, es exactamente para lo que se acude al

médico para que no aparezcan enfermedades de cualquier tipo, un diagnóstico temprano de cualquier síntoma de riesgo ayudara a estar sanos.

Control de la salud de niños y niñas desde antes de su nacimiento para evitar presencia de enfermedades que afecten su correcto y armónico desarrollo.

- Los infantes menores de 11 meses necesitan un mínimo de 6 chequeos médicos al año.
- Los infantes de 12 a 24 meses de edad deben recibir un mínimo de cuatro controles médicos al año.
- Los infantes de 24 meses de edad necesitan mínimo dos controles médicos al año.
- Los infantes mayores de 1 año necesitan mínimo 2 chequeos médicos al año.

Es importante que durante la primera y segunda infancia se de mayor importancia al control del peso y la talla en los niños y las niñas para prevenir enfermedades como la obesidad, desnutrición y patologías asociadas a la falta o exceso de peso y anomalías en la talla.

La responsabilidad de ir al médico a chequear la salud nace desde el hogar, en el país existen lugares y centros de salud que brindan sus servicios de manera gratuita, en caso de presentarse alguna enfermedad es necesario que el medico determina de cual se trata y cuál es el tratamiento adecuado para combatir la enfermedad. Por ello es mejor realizar chequeos de todas las áreas.

Del mismo modo se debe acudir al control odontológico de manera periódica, pues el odontólogo u odontóloga ayudara a mantener una buena salud bucal, es aconsejable seguir todas las recomendaciones que el especialista en salud bucal nos da.

Descanso.

Narrow (1997) manifiesta que el descanso es un estado de actividad mental y física reducido, que hace que el sujeto se sienta fresco, rejuvenecido y preparado para continuar con las actividades cotidianas. El descanso no es simplemente inactividad, requiere tranquilidad, relajación sin estrés emocional y liberación de la ansiedad. La persona que descansa se encuentra mentalmente relajada, libre de ansiedad y físicamente calmada.

Se debe recordar que el sueño no es lo mismo que el descanso, solemos confundir el significado de las dos palabras, las personas tienen diferentes formas de descansar todo depende del estilo de vida que cada persona lleve; algunas personas descansan haciendo actividades como: leer, practicar yoga, escuchar música suave, disfrutar de una película entre otras.

El concepto de sueño ha variado desde hace muchos años, pues en un principio se lo concebía como un estado de inconciencia, para algunos expertos en los últimos años el sueño es un estado de inconciencia que el cerebro realiza para poder regenerar energías y poder continuar con las actividades cotidianas.

Algunos especialistas defienden la idea de que el sueño y descanso depende de la edad del individuo.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

La duración y calidad del sueño varía de unos grupos de edad a otros:

- **Neonatos:** Duermen una media de 16 horas con un rango de 23 a 10h. Durante la primera semana duermen casi constantemente para recuperarse del parto.
- **Lactantes:** El patrón nocturno se desarrolla hacia los 3-4 meses, Duermen 8-10 horas nocturnas y varias siestas. Hasta un año el promedio diario es de 14 horas
- **Niño que empieza a andar:** Hacia los dos años, duermen toda la noche y hacen un par de siestas durante el día. Duermen una media de 12 horas diarias, las siestas empiezan a disminuir a los 3 años.
- **Edad preescolar:** Duermen unas 12 horas por la noche, les cuesta relajarse y tranquilizarse después de un día activo, pueden tener problemas como terrores nocturnos, pesadillas y suelen despertarse por la noche. Necesitan un ritual para acostarse.
- **Escolares:** La cantidad de sueño varía en función de su actividad y estado de salud. Pueden resistirse a ir a dormir por no ser conscientes de su cansancio o para sentirse independientes.

Por la importancia del sueño en los infantes se debe crear un hábito a la hora de ir a dormir y así evitar consecuencias en el desarrollo y aprendizaje.

- Establecer un sitio para dormir, a partir de los tres años es recomendable que el infante duerma solo.
- Establecer un horario que no debe ser muy temprano y tan tarde.
- Establecer una rutina antes de irse acostar como leer un cuento, bañarse, escuchar canciones relajantes y del gusto del niño y la niña.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

- Acostar al infante con su muñeco preferido si lo tienen, alistar las cobijas y almohadas.
- Evitar acompañarlo hasta que se duerma.
- Decirle frases de motivación, como ya estas grande, sueña con los angelitos.

Autonomía.

Definición de autonomía.

La educación inicial en el Ecuador durante los últimos años ha tomado mayor importancia en las políticas públicas es por ellos que el ministerio de educación conjuntamente con otros entes gubernamentales crearon el currículo de educación inicial, su primera publicación fue en el 2002 sin tener mayor impacto, pero su nueva publicación y edición realizada en el 2014 tuvo mayor peso y es ahora el documento legal para cumplir con los objetivos destrezas y habilidades en los niños y las niñas dentro de la propuesta estas de los ejes de desarrollo y aprendizaje inmersos en estos ejes está el eje de desarrollo personal y social, en el cual se encuentra el ámbito de desarrollo y aprendizaje de Identidad y autonomía.

Ámbito de identidad y autonomía: En este ámbito se encuentran aspectos relacionados con el proceso de construcción de la imagen personal y valoración cultural que tiene el niño de sí mismo, su autoconocimiento y la generación de acciones y actitudes que le permitan ejecutar actividades que requiera paulatinamente de la menor dependencia y ayuda del adulto. Todo esto con la finalidad de desarrollar su progresiva independencia, seguridad, autoestima, confianza y respeto hacia sí mismo y hacia los demás. En este ámbito se promueve

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

el desarrollo de la identidad en los niños con un sentido de pertenencia, reconociéndose como individuo con posibilidades y limitaciones y como parte de su hogar, su familia, su centro educativo y su comunidad. (Currículo educación Inicial, 2014, pág. 31)

Importancia del desarrollo de la autonomía.

La importancia de estimular el desarrollo de la autonomía en los infantes es porque a través de la realización de actividades van adquiriendo la capacidad de realizarlas solos, esta autonomía se logra en varios ámbitos, pero en esta ocasión se ve enfocado en la adquisición y practica de hábitos.

Hábitos alimenticios.

- Comer solo habitualmente y pedir ayuda si la necesita.
- Colaborar en tareas como llevar la cuchara, el vaso a la hora de poner y recoger la mesa.
- Empezar a utilizar el tenedor.
- Utilizar el babero o la servilleta para limpiarse.
- Coger el vaso y beber agua sin apenas derramar el líquido.
- Permanecer sentado durante toda la comida.
- Respetar la comida de los demás.

Hábitos de salud e higiene.

- Distinguir estar limpio de estar sucio.
- Mostrar satisfacción por sentirse limpio.
- Mostrar iniciativa por lavarse después de haberse ensuciado.
- Lavarse y secarse las manos y cara con ayuda.
- Comenzar el control de esfínteres.
- Sonarse la nariz con ayuda.

Hábitos de ocio y juego.

- Colaborar en la recogida de juguetes.
- Cuidar los objetos y utilizarlos adecuadamente.

Hábitos sociales.

- Aceptar la compañía de todos los niños de la clase.
- Saludar y despedirse de la educadora y de los compañeros de clase.
- Demostrar afecto hacia los demás.
- Aprender a pedir perdón y a solucionar los conflictos a través del lenguaje verbal.

Hábitos de responsabilidad/trabajo.

- Responder ante los mensajes del adulto.
- Cumplir encargos sencillos.

- Repartir y recoger el material entre los compañeros de clase.
- Distinguir los momentos de juego libre y trabajo de clase.
- Desplazarse por las dependencias de la guardería sin correr.
- Guardar los materiales y ficha en su sitio después de haber realizado la actividad de trabajo.
- Colaborar en tareas de limpieza y orden: colocar las sillas, recoger papeles del suelo. (Escuela infantil Francisca Luque 2011)

Desarrollo del niño de tres años.

El infante presenta su evolución a través de su crecimiento también es evidente su desarrollo en todas áreas como lo exponen algunos especialistas a continuación las características que presentan los niños y las niñas de tres años.

Desarrollo psicomotor y autonomía personal 30 – 36 meses (2-3 años).

1. Realiza actividades de enroscar, encajar y enhebrar.
2. Es capaz de correr y salta con cierto control.
3. Pide ir al baño cuando lo necesita.
4. Copia el círculo, la línea vertical y la línea horizontal.
5. Come de forma autónoma todo tipo de alimentos.
6. Identifica algunos conceptos espaciales (aquí-dentro-encima-debajo lejos...) y temporales (de día-de noche).

Desarrollo de la relación con el entorno social y físico 30 – 36 meses (2-3 años).

1. Comienza a mostrar preferencias personales entre iguales.
2. Muestra afecto hacia niños más pequeños y animales domésticos.
3. Va conociendo normas y hábitos de comportamiento social de los grupos de los que forma parte.
4. Contribuye al orden de sus cosas en casa o centro infantil cuando se le indica.
5. Comienza a identificar y distinguir diferentes sabores y olores (dulce salado, buen-mal olor, etc.).
6. Identifica lugares de visita frecuente dentro de su entorno: casa de un familiar, parque, panadería, etc.

Desarrollo de la comunicación y del lenguaje 30 - 36 meses (2-3 años).

1. Dice su sexo cuando se le pregunta.
2. Emplea el gerundio, los plurales y los artículos.
3. Articula correctamente los sonidos: b, j, k, l, m, n, ñ, p, t.
4. Es capaz de comunicarse a través de los gestos y la mímica, además del lenguaje oral.
5. Habla de sí mismo en primera persona utilizando “yo”, “mi” y “me” en lugar de su nombre.
6. Utiliza el lenguaje oral para contar lo que hace, lo que quiere, lo que le pasa, etc. (Garrido, Rodríguez, Ruiz, Sánchez 2008)

Destrezas que plantea el currículo de educación inicial en el desarrollo de la autonomía en niños y niñas de tres años, presente en el subnivel dos:

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

- Lavarse las manos y cara con la supervisión del adulto y los dientes con apoyo del adulto incrementando los niveles de autonomía en la realización de acciones de aseo.
- Realizar acciones de lavado de manos, cara, dientes con la guía del adulto, como parte del proceso de la adquisición de hábitos de higiene
- Acudir al baño autónomamente, requiriendo la ayuda del adulto para su aseo
- Sacarse y ponerse algunas prendas de vestir como: interior, pantalón o falda y medias sin ayuda del adulto.
- Seleccionar prendas de vestir de acuerdo a su preferencia.
- Utilizar la cuchara y el vaso cuando se alimenta demostrando cada vez mayores niveles de independencia.

5.02 Descripción.

5.02.01 Metodología.

La metodología es aquel camino que se va a seguir para alcanzar un objetivo, en este caso es la de experiencia de aprendizaje, que es aquella en donde el individuo aprende o adquiere un nuevo aprendizaje a través de la realización de las actividades y la repetición de las mismas en las cuales experimenta, explora y manipula materiales. Al practicar hábitos de higiene y salud se crea una rutina y la experiencia se convierte en un aprendizaje significativo, porque lo aprendido bien en la niñez nunca se olvida y siempre se practica. Se pretende lograr una cultura de prevención de enfermedades a través del fomento de los hábitos de higiene y salud y eso se logrará si lo se realiza desde los primeros años de vida,

con el apoyo de los padres y madres de familia que son la guía de los infantes en el núcleo familiar.

5.02.02 Método.

En el presente proyecto se utilizó el método de investigación bibliográfica, el de observación y de campo, que aportaron con valiosa información y facilitaron la realización de la propuesta.

Bibliográfica por que se basó en investigaciones de diferentes fuentes como la internet, libros, revistas y documentos que fueron el sustento y apoyo científico sobre temas de salud, hábitos de higiene, adquisición de autonomía en los infantes, propuestas sobre medidas de prevención, cuáles son las medidas que se deben tomar en cuanto al cuidado y protección de los hijos y las hijas.

De observación y de campo por ser percibido el problema en el Centro de Desarrollo Infantil Función Judicial de manera directa evidenciando que a pesar del esfuerzo que realizan las maestras para mantener la práctica de hábitos de higiene y salud, es desde el hogar donde se debe trabajar más este tema de suma importancia en la vida de cada infante siendo ellos los actores principales.

5.02.03 Técnicas e Instrumentos.

Villalba Carlos (2010), menciona que “la encuesta es una técnica que trata de obtener datos o información de varias personas en la cual sus opciones tienen

mucha importancia para el investigador. A diferencia de la entrevista se utiliza un
FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

gran y cómodo listado de preguntas escritas a fin de que las contenten por escrito”.
(pág. 109)

Villalba Carlos (2010), explica que “el cuestionario es el instrumento de apoyo en las entrevistas, encuestas y test. Un cuestionario consta de varias preguntas que deben ser contestadas de forma concreta y precisa y permite la recolección de información de una forma efectiva, como instrumento de investigación debe incluir en su proceso investigativo la medición más específicamente por escalas”. (pág. 101)

En la presente investigación es necesaria la recolección de datos que puedan ser verificados por ello la técnica utilizada en el proyecto es la encuesta y el instrumento el cuestionario, conformado por 10 preguntas de opción múltiple con un lenguaje sencillo por tratarse de padres y madres de familia para que puedan entender y responder las preguntas de manera adecuada.

5..02.04 Participantes.

Población.

Según Tamayo (2012) señala que “la población es la totalidad de un fenómeno de estudio, incluye la totalidad de unidades de análisis que integran dicho fenómeno y que debe cuantificarse para un determinado estudio integrando” se refiere a todos los elementos de un conjunto con características en común y que pueden ser estudiadas dentro de una investigación

En el presente proyecto la población a ser investigada son los padres y madres de familia del Centro de Desarrollo Infantil Función Judicial.

Muestra.

Si hablamos de que la población es el universo o conjunto de elementos a ser estudiados dentro de una investigación, la muestra es una parte de esta población que va ser estudiada y que facilita el trabajo del investigador y lo acerca a resultados más reales.

En el presente proyecto la muestra a son los 20 padres y madres de familia de los niños y las niñas de tres años de edad del Centro de Desarrollo Infantil.

5.02.05 Análisis e interpretación de resultados.

La aplicación de la encuesta presento los siguientes resultados.

Tabla 6.

Pregunta 1. ¿Cuál de los siguientes conceptos cree usted que se refiere a “higiene”?

ALTERNATIVAS.	VALOR.	PORCENTAJE.
a) medidas para conservar la salud.	7	35%
b) limpieza para sentirse sano	13	65%
TOTAL.	20	100%

Fuente: Encuesta aplicada a los padres y madres de familia.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Pregunta N° 1.

¿Cuál de los siguientes conceptos cree usted que se refiere a "higiene"?

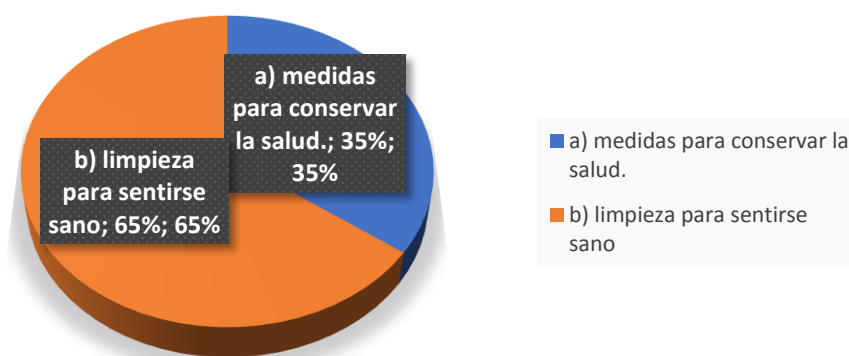


Figura 5. Pregunta N° 1.

Fuente: Encuesta realizada a los padres y madres de familia.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Análisis.

Según los resultados de la encuesta el 65% de los padres y madres de familia consideran a la higiene como la limpieza para sentirse sano, lo que evidencia que no están muy lejos del verdadero significado de la higiene; pero que es claro que solamente las conceptualizan como la limpieza personal para sentirse bien, en tanto el 35 % de los demás participante acertaron en su respuesta, según la OMS y la UNICEF, la higiene son todas aquellas medidas de prevención que ayudan a conservar la salud. En conclusión, se evidencia que es necesario dar a conocer de manera clara y precisa de que es la higiene y que va mucho más allá de la mera limpieza.

Tabla 7.

Pregunta 2. ¿Cuál de los siguientes conceptos cree usted que se refiere a “hábito”?

ALTERNATIVAS	VALOR	PORCENTAJE
a) conductas propias	3	15%
b) acciones que se realizan todos los días.	17	85%
TOTAL.	20	100%

Fuente: Encuesta aplicada a los padres y madres de familia.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

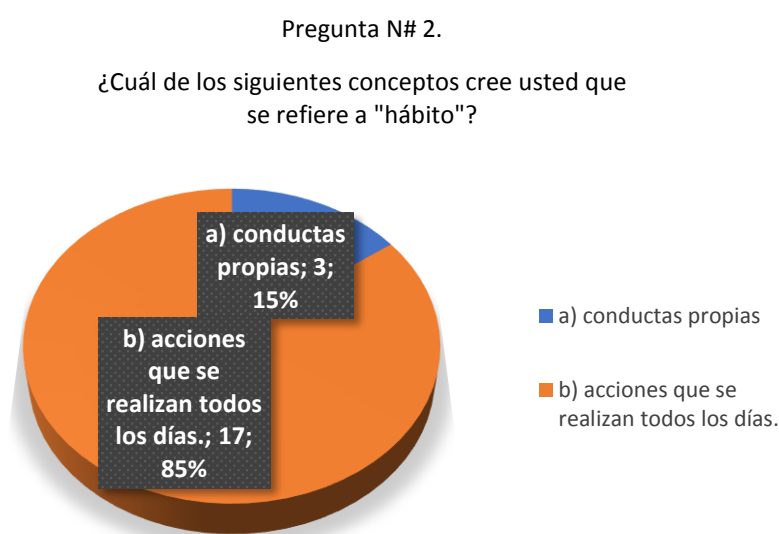


Figura 6. Pregunta N# 2.

Fuente: Encuesta realizada a los padres y madres de familia.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Análisis.

Al ver los resultados obtenidos a través de la encuesta se evidencia que el 85% de los participantes tiene conocimiento de que significa un hábito, lo que evidencia que practican algún hábito en su casa con sus hijos, en tanto el 15% no conoce lo que es un hábito, esto se debe a la poca información que suelen tener los padres y madres de familia de ahí la importancia de capacitar a padres y madres sobre hábitos saludables y de limpieza tomando en cuenta que estos factores influyen en el desarrollo correcto de los hijos e hijas.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

Tabla 8.

Pregunta 3. De los siguientes conceptos, escoja el que usted crea que se refiere a autonomía:

ALTERNATIVAS	VALOR	PORCENTAJE
a) responsabilidad en realizar actividades.	4	20%
b) realizar actividades sin ayuda de los demás.	16	80%
TOTAL.	20	100%

Fuente: Encuesta aplicada a los padres y madres de familia.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Pregunta 3.
De los siguientes conceptos, escoja el que usted crea que se refiere a autonomía.

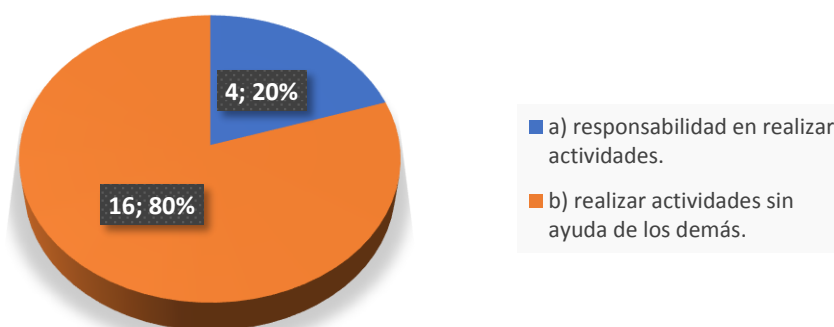


Figura 7. Pregunta N° 3.

Fuente: Encuesta realizada a los padres y madres de familia.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Análisis.

Según los resultados de la encuesta el 80% de los encuestados tienen claro que es autonomía, quizá sepan lo que se refiere a autonomía, pero no conozcan cómo desarrollarla en los infantes; y el 20% de ellos consideran que tener responsabilidad en actividades es autonomía, lo que manifiesta evidentemente que estos padres y madres de familia confunden la autonomía con los valores que inculcan en el hogar. Haciendo el análisis se llega a concluir que a pesar de tener conocimiento de lo que es la autonomía, muchos de los padres y madres cofunden estos términos con responsabilidad.

Tabla 9.

Pregunta 4 ¿Qué acciones de limpieza personal realiza solo su hijo y/o hija?

ALTERNATIVAS	VALOR	PORCENTAJE
a) se cepilla los dientes.	4	20%
b) se viste y desviste.	4	20%
c) se lava las manos y la cara.	4	20%
d) Ninguna, le ayudo en todas.	8	40%
TOTAL	20	100%

Fuente: Encuesta aplicada a los padres y madres de familia.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Pregunta 4.
¿Qué acciones de limpieza personal realiza solo su hijo y/o hija?

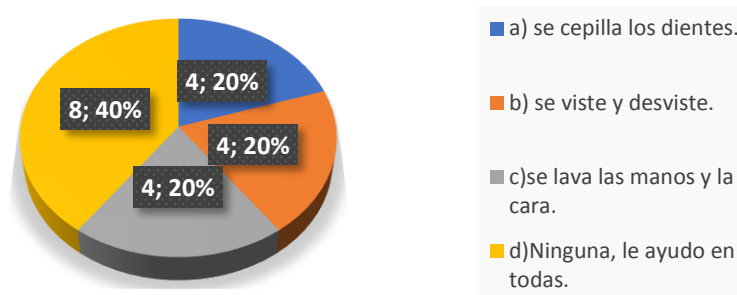


Figura 8. Pregunta N° 4.

Fuente: Encuesta realizada a los padres y madres de familia.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Análisis.

Al realizar el análisis de esta pregunta se evidencia que el 40% de madres y padres de familia ayudan a sus hijos en su aseo personal, lo cual manifiesta que una cantidad considerable de infantes no practicarían hábitos de higiene porque necesitan la ayuda permanente de sus padres, lo que es preocupante por el mismo hecho de que no se estaría logrando un desarrollo correcto en el aprendizaje de los niños y las niñas, en tanto un 20% de los participantes respondieron que sus pequeños pueden lavarse solos las manos y la cara, se visten y desvisten, se cepillan los dientes lo que quiere decir que de una u otra forma los pequeños están siendo cada vez más independientes. En conclusión, los padres y madres de familia de la mayoría de los infantes deben recibir orientación de como apoyar en el desarrollo de sus hijos e hijas.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

Tabla 10.

Pregunta 5 ¿De qué manera fomenta los hábitos de higiene en su hogar?

ALTERNATIVAS	VALOR	PORCENTAJE
a) a través del ejemplo.	11	55%
b) por medio del dialogo.	6	15%
c) por medio del juego.	3	30%
TOTAL	20	100%

Fuente: Encuesta aplicada a los padres y madres de familia.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Pregunta N# 5.

¿De qué manera fomenta los hábitos de higiene en el hogar?

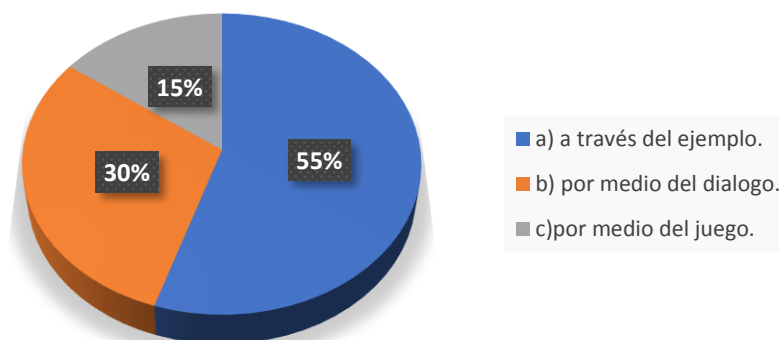


Figura 9. Pregunta N# 5.

Fuente: Encuesta realizada a los padres y madres de familia.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Análisis.

Al ver los resultados que se obtuvieron en la encuesta se puede notar que el 55% de los padres y madres de familia fomentan los hábitos de higiene a través del ejemplo, el 15% por medio del dialogo y el 30% por medio del juego, lo que manifiesta que no están tan lejos de encontrar la manera adecuada para crear hábitos en sus hijos e hijas en este punto es necesario hacerlo de una manera precisa para no confundir al infante, lo que puede ser es que cada familia tenga su método y que conserve ese método o si va a implementar otro que sea sencillo y entendible para el niños y la niña.

Tabla 11.

Pregunta 6 ¿Cuál de los siguientes hábitos de higiene práctica en casa junto con su hijo y/o hija?

ALTERNATIVAS	VALOR	PORCENTAJE
a) lavarse las manos.	6	30%
b) cepillarse los dientes.	10	50%
c) bañarse.	0	0%
d) todas las anteriores.	4	20%
e) ninguno.	0	0%
TOTAL	20	100%

Fuente: Encuesta aplicada a los padres y madres de familia.

Elaborado por: Viviana Landázuri

Pregunta N# 6.

¿Cuál de los siguientes hábitos de higiene práctica en casa junto con su hijo y / o hija?

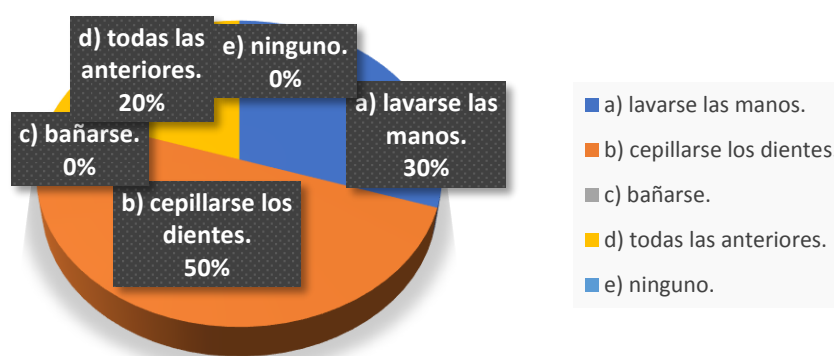


Figura 10. Pregunta N# 6.

Fuente: Encuesta realizada a los padres y madres de familia.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Análisis.

Según la encuesta realizada el 50% de padres y madres de familia se cepillan los dientes junto con sus hijos e hijas, el 30% de los padres se lavan las manos y solo el 20% de los encuestados realizan todos los hábitos de higiene junto a sus hijos e hijas, lo que evidencia que no son todos los padres y madres los que se preocupan por la conexión afectiva que se debe tener con los hijos quizá el tiempo y el trabajo ocupe todo su tiempo pero siempre debe haber un momento para estar con los pequeños, bañarse no toma mucho tiempo, al igual que cepillarse los dientes, se concluye entonces que muchos padres y madres de familia solamente realizan un hábito de higiene con sus hijos e hijas, necesitan saber la importancia de una sana crianza.

Tabla 12.

Pregunta 7 ¿Cómo padre y madre de familia de qué manera cree usted que se debe orientar sobre el cuidado del aseo personal en los niños y las niñas?

ALTERNATIVAS	VALOR	PORCENTAJE
a) capacitaciones, charlas y talleres	4	20%
b) campañas, carteleras.	3	15%
C)no necesita capacitarse	13	65%
TOTAL.	20	100%

Fuente: Encuesta aplicada a los padres y madres de familia.

Elaborado por: Viviana Landázuri

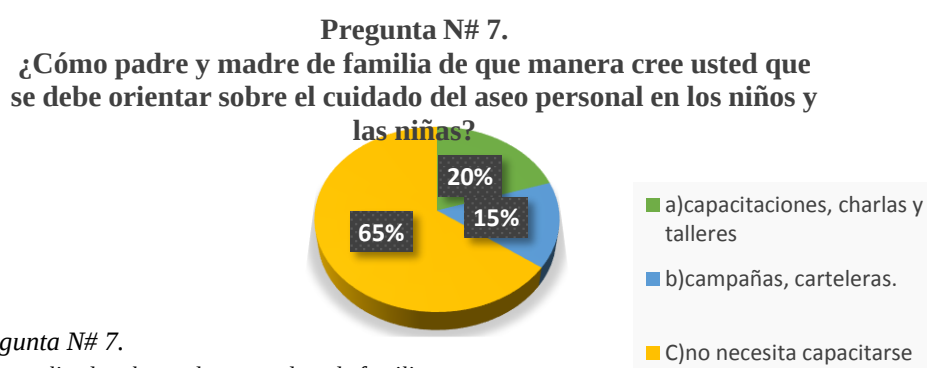


Figura 11. Pregunta N° 7.

Fuente: Encuesta realizada a los padres y madres de familia.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Análisis.

Los resultados de la encuesta manifiestan que los resultados obtenidos son los siguientes el 65% de los encuestado considera que para fomentar la práctica de hábitos salúdales en el hogar no es necesario capacitarse, lo que evidencia que no tienen la información necesaria sobre la importancia de llevar una vida sana, en tanto el 20% considera que si es necesario capacitarse para tener más conocimiento de cómo conservar la salud y prevenir enfermedades, y solo el 15% cree que es necesario y factible orientarse sencillamente a través de campañas y carteleras que son informativas y no quitan mucho tiempo, se concluye entonces que es necesario un taller sobre hábitos de higiene y salud para capacitar a los padres y madres de familia y dar respuestas quizás a muchas dudas que permitan llevar un desarrollo adecuado en los infantes.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

Tabla 13.

Pregunta 8 ¿Cuántas veces en el año escolar a participado usted de una capacitación sobre hábitos de higiene y salud?

ALTERNATIVAS	VALOR	PORCENTAJE
a) 1 vez	5	25%
b) 2 veces	4	20%
c)ninguna	11	55%
TOTAL	20	100%

Fuente: Encuesta aplicada a los padres y madres de familia.

Elaborado por: Viviana Landázuri

Pregunta N# 8.
¿Cuántas veces en el año escolar a participado usted de una capacitación sobre los hábitos de higiene y salud?

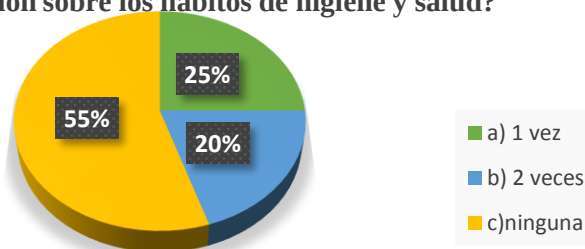


Figura 12. Pregunta N# 8.

Fuente: Encuesta realizada a los padres y madres de familia.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Análisis.

Según los resultados de la encuesta realizada el 55% de los participantes no ha asistido a capacitación sobre hábitos de higiene y salud, el 25% manifiesta haber asistido una vez en el año escolar y el 20% expone que asistió dos veces. Por tanto, se deduce que hay desinterés por parte de los padres y madres de familia en conocer medidas de prevención, y acciones que mantengan saludables a su hijos e hijas, sin darse cuenta de que si los infantes están sanos tendrán mayor posibilidad de aprender y desarrollarse de una forma adecuada e integral.

Tabla 14.

Pregunta 9 ¿Estaría dispuesto a participar de una capacitación que le brinde información sobre el cuidado de la salud y su incidencia en el desarrollo integral de los niños y las niñas?

ALTERNATIVAS	VALOR	PORCENTAJE
a) si	17	85%
b) no	0	0%
c) tal vez	3	15%
TOTAL.	20	100%

Fuente: Encuesta aplicada a los padres y madres de familia.

Elaborado por: Viviana Landázuri

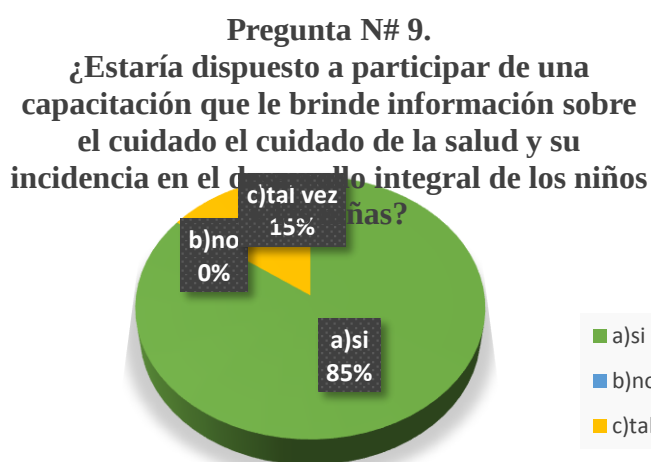


Figura 13. Pregunta N# 9.

Fuente: Encuesta realizada a los padres y madres de familia.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Análisis.

Según los resultados de la encuesta realizada se evidencia que el 85% de los participantes si estarían dispuestos a participar en una capacitación en la cual tenga información sobre el cuidado de los infantes en cuanto a hábitos de higiene y salud se trata, en tanto el 15% considero que tal vez tendría la posibilidad de asistir a este tipo de capacitación. Por tanto, se deduce que la respuesta a la propuesta es positiva, teniendo en cuenta que es desde los primeros años de vida y desde el hogar cuando se debe aprovechar las condiciones de estimulación adecuada para el buen desarrollo de los infantes.

Tabla 15.

Pregunta 10. ¿Cree usted que es necesario tener una guía informativa con aspectos que se enfoquen en orientar a padres y madres de familia en la práctica de hábitos de higiene para el cuidado de los infantes?

ALTERNATIVAS	VALOR	PORCENTAJE
a) si	18	90%
b) no	0	0%
c) tal vez	2	10%
TOTAL.	20	100%

Fuente: Encuesta aplicada a los padres y madres de familia.

Elaborado por: Viviana Landázuri

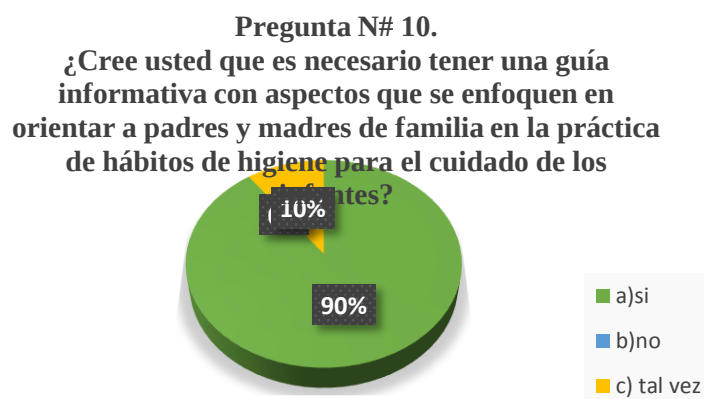


Figura 14. Pregunta N# 10.

Fuente: Encuesta realizada a los padres y madres de familia.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Análisis.

Al ver los resultados obtenidos por medio de la encuesta realizada se manifiesta que el 90% de los participantes cree que si es necesario tener una guía informativa con temas que traten sobre hábitos saludables, y el 10% se muestra indeciso al responder que tal vez si sea necesaria una guía con este tipo de contenidos. Por tanto, se deduce que al realizar la guía y ponerla a disposición de padres y madres de familia será acogida de una manera positiva porque será un aporte, un apoyo para la crianza adecuada de los hijos y las hijas, fomentando los hábitos de higiene y salud se logrará desarrollar destrezas, habilidades y capacidades en los infantes.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

5.03 Formulación.

5.03.01 Taller de socialización.

Objetivo:

Socializar la guía informativa a padres y madres a través de una exposición de temas de hábitos de higiene y salud para fomentar en el hogar, prevenir enfermedades y desarrollar la autonomía en niños y niñas de tres años.

Proceso de la socialización de la guía.

1. Invitación.

Yo Viviana Landázuri estudiante del Instituto Tecnológico Superior Cordillera de la carrera de desarrollo infantil, tengo el honor de invitar a usted a la socialización de mi proyecto Hábitos de higiene y salud para el fortalecimiento de la autonomía en infantes de 3 años.

Lugar: Aulas del Centro de desarrollo Infantil “Función Judicial”.

El verdadero valor de aprender se ve reflejado en el trabajo conjunto de alma, cuerpo y mente.

¡Te espero no faltes!

2. Bienvenida a los padres y madres de familia.

Buenos días señores padres y madres de familia tengan la cordial bienvenida al taller de socialización sobre los hábitos de higiene y salud para fortalecer la autonomía en infantes de tres años, de antemano mis más sinceros agradecimientos por su asistencia.

En el presente taller se tratarán temas sobre el cuidado e higiene de os infantes y como llevar una vida sana.

3. Dinámica “somos un equipo”

Materiales.

- Varios pliegos de papel o papelote.
- Marcadores permanentes.
- Pedazos largos de lana.

Procedimiento.

- El coordinador formara grupos de cinco personas, se debe elegir en cada grupo un líder.
- Ya una vez con los equipos realizados y los materiales repartidos, el coordinador dará una palabra clave y un tiempo estimado.
- Luego se atará el marcador con la lana que debe tener una punta para cada integrante del grupo y así se procederá a escribir la palabra clave en el papel, la letra debe ser legible y entendible.
- El equipo que logre escribir la palabra antes de que se termine el tiempo y se entienda la palabra gana.

4. Presentación del tema.

- Hábitos de higiene en el hogar.
- Enfermedades comunes por falta de higiene.
- Hábitos saludables.
- Video motivacional. (Ver anexo 3)

5. Descanso de 5 minutos.

6. Recomendaciones vida saludable.

- Medidas de prevención.
- Vacunación.
- Primeros auxilios.

7. Actividad complementaria

“collage cuidemos nuestra salud”

Materiales.

- Papelotes.
- Goma
- Tijeras
- Imágenes
- Revistas
- Marcadores.

Procedimiento.

- Se formará grupos de cinco padres y madres de familia.
- Se repartirá los materiales

- Una vez realizado el collage un representante del grupo debe pasar a exponer su trabajo.

8. Desarrollo de la autonomía.

- Recomendaciones para fomentar la autonomía.
- Destrezas de niños y niñas de 3 años.

9. Palabras de agradecimiento.

10. Evaluación

El punto referente a la evaluación se trata de una encuesta que se realizó a los participantes después del taller de socialización, dicha encuesta evidencia los siguientes resultados.

La encuesta está compuesta por 10 preguntas cerradas, en las cuales simplemente se responderá a las opciones si y no, es mucho más sencilla que la primera encuesta debido a que se realizó después de haber sensibilizado a los padres y madres de familia.

Tabla 16.

Pregunta 1. Después de haber asistido al taller “los hábitos de higiene y salud en la primera infancia”, ¿estaría dispuesto a dedicarle tiempo para practicarlos con su hijo y/o hija?

Alternativas	Valor	Porcentaje
SI	20	100%
NO	0	0%
Total	20	100%

Fuente: Encuesta aplicada a los padres y madres de familia.

Elaborado por: Viviana Landázuri

Pregunta N# 2.

Al conocer la importancia de los hábitos de higiene ¿usted los practicaría con su familia, buscando nuevas maneras de hacerlo?

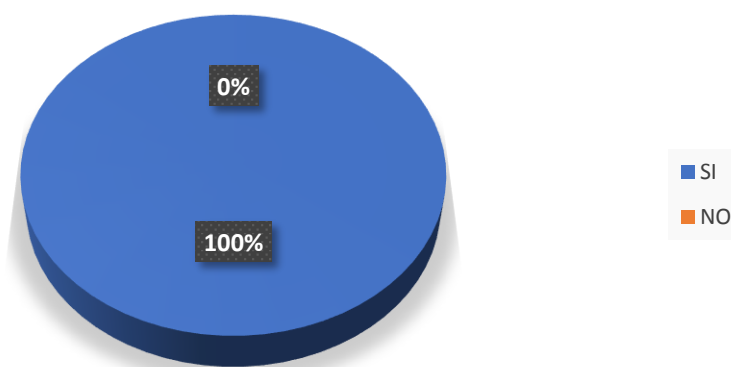


Figura 15. Pregunta N# 1.

Fuente: Encuesta realizada a los padres y madres de familia Taller de socialización.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Análisis.

En esta pregunta todos los participantes después de conocer sobre la importancia de la práctica de hábitos y salud en la primera infancia se encontraría dispuesto a dedicarle tiempo para poder compartir estos aprendizajes con los hijos y las hijas, sabiendo que muchas de las veces no se tratan solamente del tiempo que se dedique a este tipo de temas, sino más bien de la calidad de estas actividades.

Tabla 17.

Pregunta 2. Al conocer la importancia de los hábitos de higiene ¿usted los practicaría con su familia, buscando nuevas maneras de hacerlo?

Alternativas	Valor	Porcentaje
SI	20	100%
NO	0	0%
Total	20	100%

Fuente: Encuesta aplicada a los padres y madres de familia. Taller de socialización.

Elaborado por: Viviana Landázuri

Pregunta N# 2.
Al conocer la importancia de los hábitos de higiene ¿usted los practicaría con su familia, buscando nuevas maneras de hacerlo?

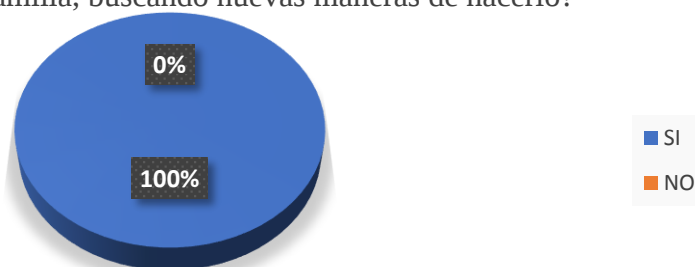


Figura 16. Pregunta N# 2.

Fuente: Encuesta realizada a los padres y madres de familia Taller de socialización.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Análisis.

La exigencia de la calidad de vida de las generaciones actuales exigen demasiado esfuerzo para poder mantener a la familia y al hogar, esto ha ido provocando que el tiempo compartido con la familia sea cada vez menos, pero en esta pregunta la totalidad de los participantes estarían dispuesto a buscar nuevas formas para poder fomentar hábitos de higiene y salud en el hogar, una de esta fue dada en el taller como utilizar canciones y cuentos a la hora de fomentarlos en los menores de hogar para que sean más divertidos y creen lazos afectivos.

Tabla 18.

Pregunta 3 ¿Cree usted que una forma concreta de saber la importancia de la conservación de la salud es por medio de este tipo de talleres?

Alternativas	Valor	Porcentaje
SI	15	75%
NO	5	25%
Total	20	100%

Fuente: Encuesta aplicada a los padres y madres de familia. *Taller de socialización*

Elaborado por: Viviana Landázuri

Pregunta N# 3.
¿Cree usted que una forma concreta de saber la importancia de la conservación de la salud es por medio de este tipo de talleres?

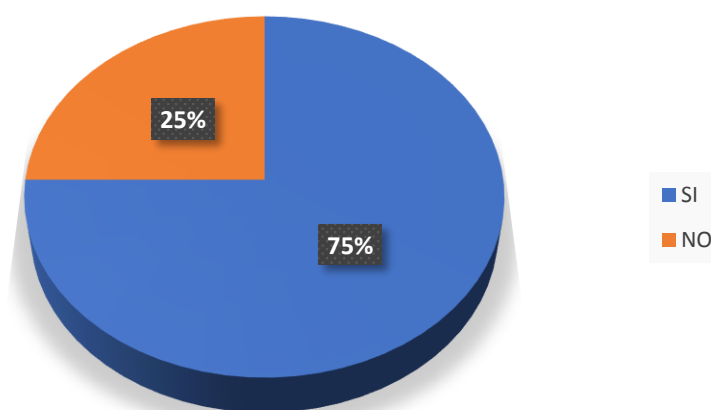


Figura 17. Pregunta N# 3

Fuente: Encuesta realizada a los padres y madres de familia *Taller de socialización*.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Análisis.

Si bien es cierto que los talleres ayudan a conocer una parte de lo que un expositor quiere lograr, también es cierto que los talleres son una herramienta por medio de la cual muchas personas logran conocer más sobre temas que le interesen o le sirvan como elemento para mejorar la calidad de vida, en esta pregunta un 25% de los participantes creen que los talleres no son suficientes para poder saber sobre temas de salud que ayuden a conservarla, por otra parte un 75% está de acuerdo con que este tipo de talleres si es beneficioso y se logra por medio de os mismo receptor información de gran relevancia.

Tabla 19.

Pregunta 4. ¿A través del taller recibió usted el conocimiento adecuado sobre medidas de prevención de enfermedades?

Alternativas.	Valor	Porcentaje
SI	18	90%
NO	2	10%
Total	20	100%

Fuente: Encuesta aplicada a los padres y madres de familia. *Taller de socialización*

Elaborado por: Viviana Landázuri

Pregunta N# 4.
¿A través del taller recibió usted el conocimiento
adecuado sobre medidas de prevención de enfermedades?

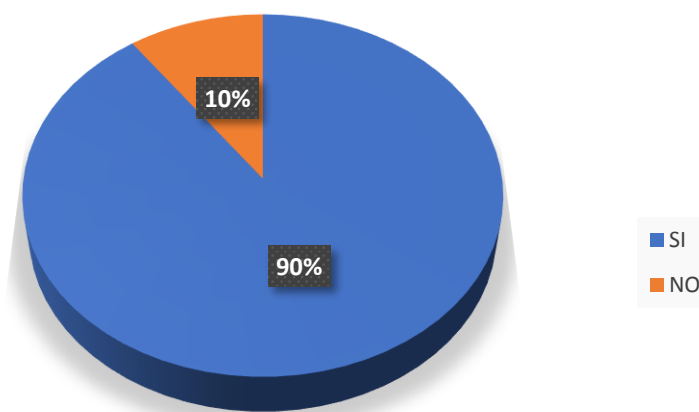


Figura 18. Pregunta N# 4.

Fuente: Encuesta realizada a los padres y madres de familia *Taller de socialización*.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Análisis.

El taller al ser un medio por el cual se recibe y se da información, en esta pregunta el 90% de los participantes está de acuerdo en que si recibió la información necesaria sobre prevención de enfermedades que apoya el crecimiento de los hijos y las hijas, y solamente un 10% no estuvo de acuerdo en que el taller dio todos los parámetros e información sobre las medidas de prevención de enfermedades, se concluye entonces que a pesar de aplicar nuevas ideas de información se debe dar más propuestas.

Tabla 20.

Pregunta 5. La propuesta está enfocada en la conservación de la salud, ¿cree usted que dicha propuesta cuenta con consejos y tips necesarios que ayudan a las familias a conservar la misma?

Alternativas	Valor	Porcentaje
SI	19	95%
NO	1	5%
Total	20	100%

Fuente: Encuesta aplicada a los padres y madres de familia. Taller de socialización

Elaborado por: Viviana Landázuri

Pregunta N# 5
La propuesta está enfocada en la conservación de la salud,
¿cree usted que dicha propuesta cuenta con consejos y tips
necesarios que ayudan a las familias a conservar la misma?

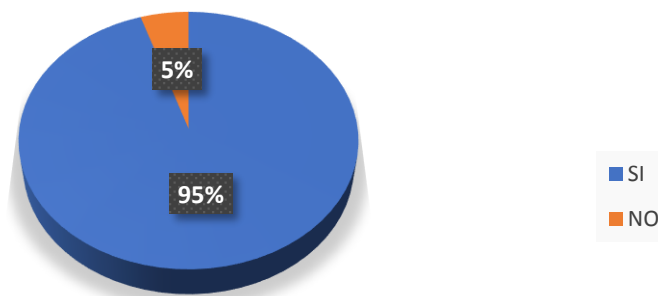


Figura 19. Pregunta N# 5.

Fuente: Encuesta realizada a los padres y madres de familia Taller de socialización.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Análisis.

La propuesta se encuentra enfocada a la práctica de hábitos de higiene y salud como un medio por el cual se debe lograr el desarrollo de la autonomía en niños y niñas de 3 años de edad para el 95% de los participantes la propuesta si cuenta con los consejos, tips e información necesaria que ayudara al desarrollo de destrezas y aprendizajes de los pequeños, y solamente el 5% de los participantes cree que a pesar de tener amplia información necesita puntos complementarios. En conclusión, la propuesta tiene un enfoque evidentemente claro sobre temas de hábitos de higiene y salud.

Tabla 21.

Pregunta 6. ¿Desde su punto de vista fue satisfactorio el taller?

Alternativas	Valor	Porcentaje
SI	19	95%
NO	1	5%
Total	20	100%

Fuente: Encuesta aplicada a los padres y madres de familia. *Taller de socialización*

Elaborado por: Viviana Landázuri

Pregunta N# 6.
¿Desde su punto de vista fue satisfactorio el taller?

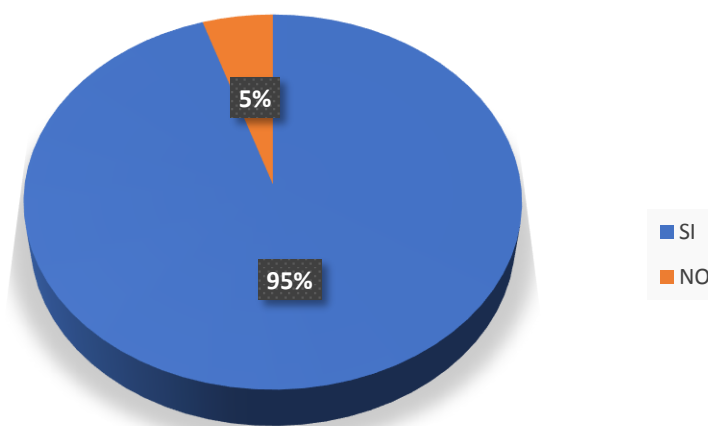


Figura 20. Pregunta N# 6.

Fuente: Encuesta realizada a los padres y madres de familia *Taller de socialización*.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Análisis.

En esta interrogante el 95% contesto que el taller si fue satisfactorio cumpliendo con las expectativas sobre temas de salud y como lo hábitos de higiene son un apoyo en el desarrollo de la autonomía en los infantes de tres años de edad, y solo el 5% contesto que no fue tan satisfactorio quizá para este porcentaje de participantes debió ser más concreto y explícito. En conclusión, el taller fue satisfactorio.

Tabla 22

Pregunta 7. ¿Desde ahora estaría dispuesto a supervisar la práctica de hábitos de higiene en su hogar?

Alternativas	Valor	Porcentaje
SI	20	100%
NO	0	0%
Total	20	100%

Fuente: Encuesta aplicada a los padres y madres de familia. *Taller de socialización*

Elaborado por: Viviana Landázuri

Pregunta N# 7.
¿Desde ahora estaría dispuesto a supervisar la práctica de
hábitos de higiene en su hogar?

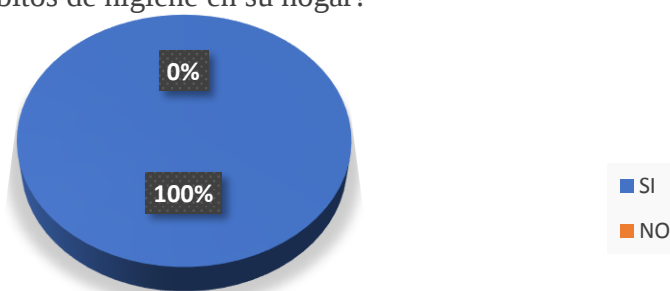


Figura 21. Pregunta N# 7.

Fuente: Encuesta realizada a los padres y madres de familia *Taller de socialización*.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Análisis.

La crianza responsable de los hijos y las hijas suele estar casi la mayoría de las veces si no es que siempre en manos de padres y madres de familia, razón por la cual ellos se ven involucrados directamente en el desarrollo y crecimientos de los infantes, en esta interrogante el 100% de padres y madres de familia estarían dispuestos a supervisar la práctica de los hábitos e higiene y salud para lograr que sus niños y niñas tengan un desarrollo integral, lo que quiere decir que es evidente la preocupación de los padres y madres de familia por a adquisición de aprendizajes de los hijos y las hijas.

Tabla 23.

Alternativas	Valor	Porcentaje
SI	18	90%
NO	2	10%
Total	20	100%

Pregunta 8. ¿Se despejaron sus dudas acerca de medidas preventivas o temas referentes?

Fuente: Encuesta aplicada a los padres y madres de familia. *Taller de socialización*

Elaborado por: Viviana Landázuri

Pregunta N# 8.
¿Se despejaron sus dudas acerca de medidas preventivas o temas referentes?

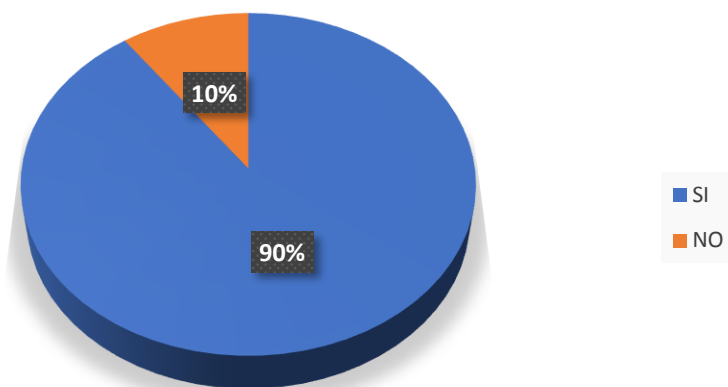


Figura 22. Pregunta N# 8.

Fuente: Encuesta realizada a los padres y madres de familia *Taller de socialización*.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Análisis.

Al realizar el taller sobre la importancia de los hábitos de higiene y salud, para 90% de padres y madres de familia receptaron valiosa información sobre la correcta crianza de los hijos e hijas y solamente el 10% cree que se debió brindar más información para despejar dudas, es decir que la información que se brindó en el desarrollo del taller si despejó dudas sobre estos temas referentes al aprendizaje y su relación con los aprendizajes.

Tabla 24.

Pregunta 9. ¿Le pareció fundamental la información que recibió en el taller para el aprendizaje de su hijo y/o hija?

Alternativa	Valor	Porcentaje
si	19	95%
no	1	5%
Total	20	100%

Fuente: Encuesta aplicada a los padres y madres de familia. *Taller de socialización*
Elaborado por: Viviana Landázuri

Pregunta N#9.
¿Le pareció fundamental la información que recibió en el taller para el aprendizaje de su hijo y/o hija?



Figura 23. Pregunta N# 9.

Fuente: Encuesta realizada a los padres y madres de familia *Taller de socialización*.
Elaborado por: Viviana Landázuri.

Análisis.

La información cuando es clara y precisa es entendible, en esta pregunta el 95% estuvo de acuerdo que la información brindada fue muy valiosa e importante porque se habló de hábitos de higiene y como estos ayudan en el desarrollo de destrezas y adquisición de aprendizajes, y solo el 5% cree que debió ser más complementaria la información dada, por lo tanto, la información que se dio fue muy valiosa.

Tabla 25.

Pregunta 10. En adelante le gustaría recibir información sobre este tipo de temas.

Alternativa.	Valor	Porcentaje
SI	19	95%
NO	1	5%
Total	20	100%

Fuente: Encuesta aplicada a los padres y madres de familia. *Taller de socialización*

Elaborado por: Viviana Landázuri

Pregunta N° 10.
¿De aquí en adelante estaría dispuesto a recibir información sobre este tipo de temas?

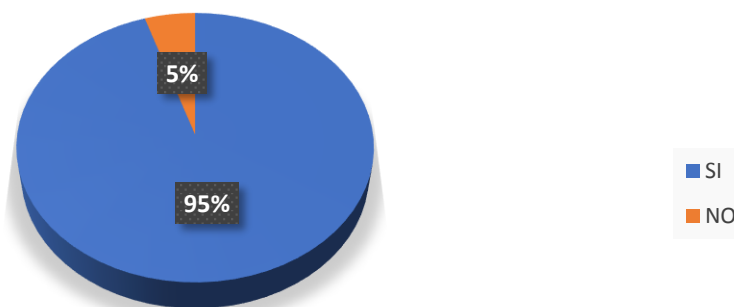


Figura 24. Pregunta N°10.

Fuente: Encuesta realizada a los padres y madres de familia *Taller de socialización*.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

Análisis.

Los hijos y las hijas son parte importante para padres y madres de familia, son el complemento de la familia y la prolongación de la existencia es por ello que siempre se hace lo mejor por ellos, en esta pregunta el 95% de los involucrados estaría dispuesto a recibir información sobre estos temas referentes a los hábitos de higiene y salud que permitirá crecer a los infantes de manera adecuada mejorando su forma de vida, y solo el 5% de los participantes no está dispuesto a recibir este tipo de información. Lo que es evidente que la mayoría de padres y madres estarán más involucrados con los intereses de sus hijos e hijas.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.



Hábitos de higiene y salud desde el hogar.

La práctica de hábitos desde edades tempranas es una oportunidad para el infante de explorar el medio en el que se desenvuelven donde posteriormente lograra desarrollar habilidades, valores, aptitudes y actitudes que le den la confianza, seguridad e independencia que necesita.



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitots+de+higiene&tbm=isch&itbo=u&source=univ&sa>

PRESENTACIÓN.

La niñez es la etapa más importante del ser humano pues es en ella donde se cimientan los conocimientos razón por demás para que se estimule de la manera correcta a los infantes, si bien es cierto que la escuela está orientada para brindarle una educación de calidez y calidad, el hogar es el primer contacto que el niño y la niña tiene para aprender.

La salud es importante para realizar cualquier actividad o trabajo pues se sabe que sin salud no se puede hacer nada, y más aún cuando se es niño o niña en donde el juego y la energía son los medios por los cuales se aprende, es por ello que la presente guía tienen como finalidad informar a las familias sobre la importancia de la práctica de hábitos de higiene y salud en el hogar y como estos influyen en el aprendizaje de los hijos y las hijas, para que estén pendientes de las medidas y acciones que se deben tomar para evitar la propagación de enfermedades por la falta de aseo, y desconocimiento de medidas preventivas.

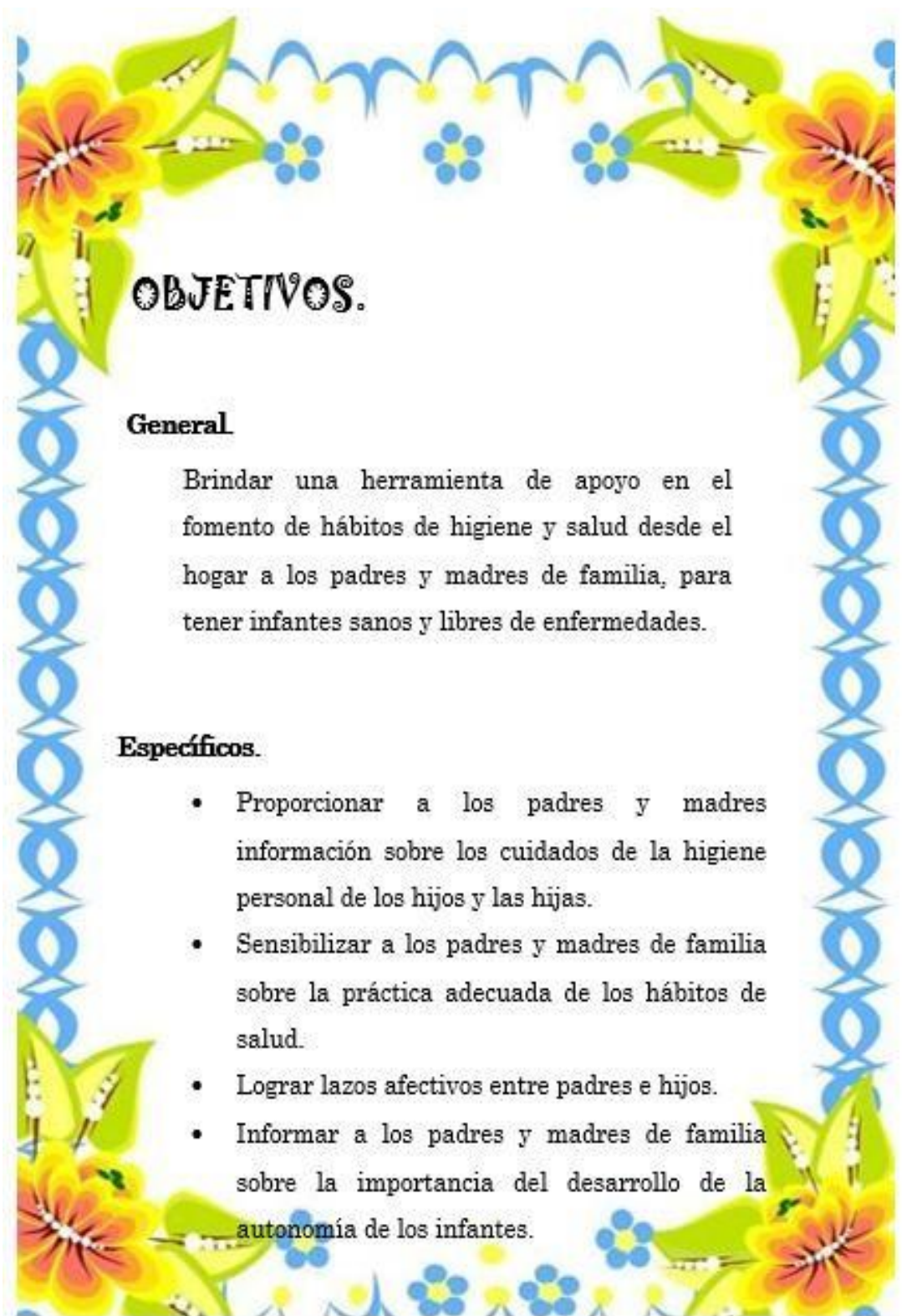
Vivi-Landa.

JUSTIFICACIÓN.

Los primeros valores, modales, hábitos, costumbres y tradiciones vienen desde el hogar, es la familia quien sirve como primer modelo del párvulo para seguir.

¿Estoy educando correctamente a mi hijo hija?

Es la pregunta más frecuente que nos hacemos los padres, no hay que preocuparse porque se aprende en el trayecto, la necesidad de buscar una respuesta a la problemática de la deficiente practica de hábitos de higiene y salud es poner a disposición de los padres y madres de familia del Centro de Desarrollo Infantil Función Judicial una Guia informativa sobre los hábitos saludables de crianza, se intentara de manera sencilla que los padres entienda la importancia de la práctica de los hábitos de salud e higiene no solo para evitar la propagación de enfermedades, sino también la influencia que tienen en los aprendizajes.



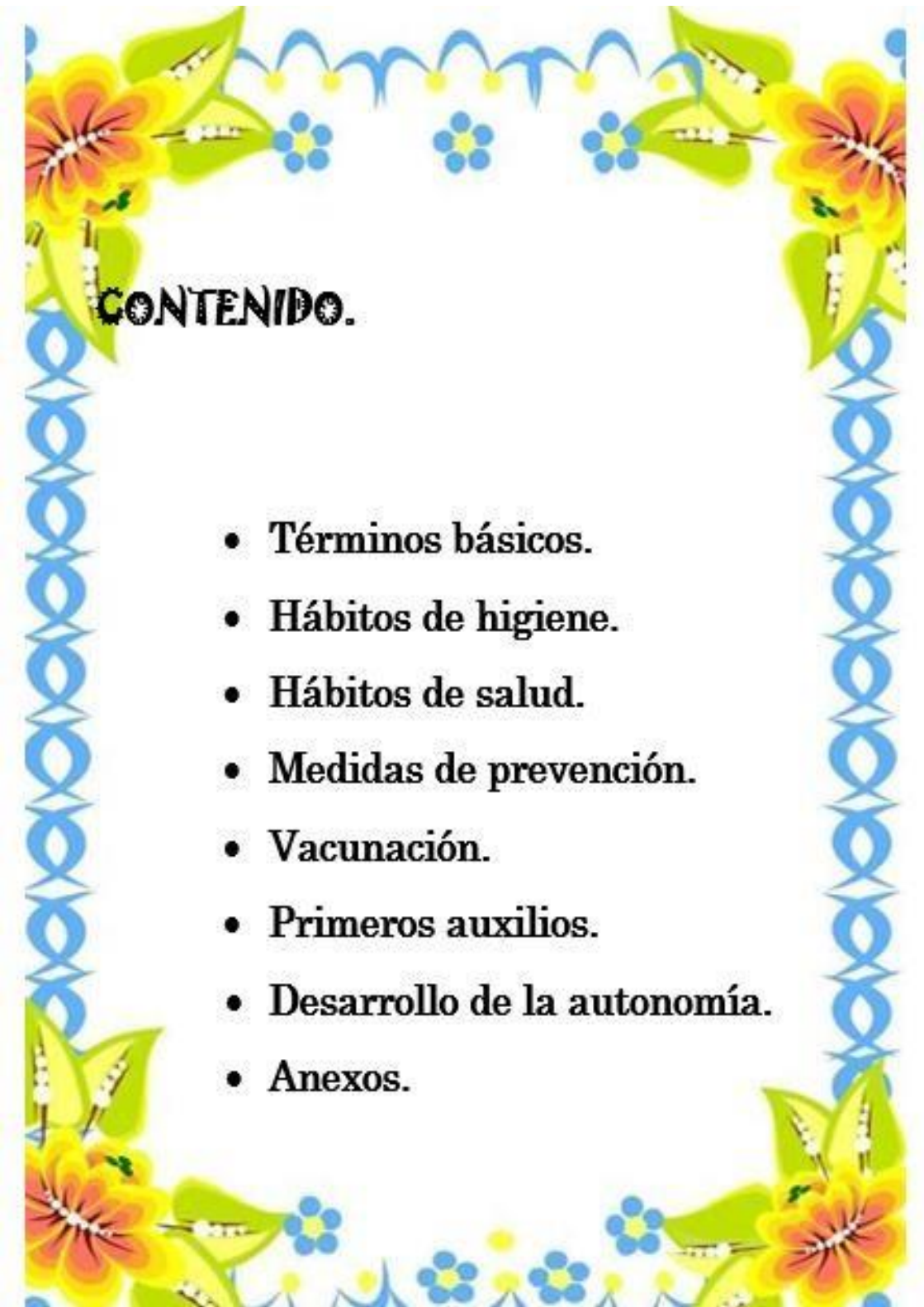
OBJETIVOS.

General

Brindar una herramienta de apoyo en el fomento de hábitos de higiene y salud desde el hogar a los padres y madres de familia, para tener infantes sanos y libres de enfermedades.

Específicos.

- Proporcionar a los padres y madres información sobre los cuidados de la higiene personal de los hijos y las hijas.
- Sensibilizar a los padres y madres de familia sobre la práctica adecuada de los hábitos de salud.
- Lograr lazos afectivos entre padres e hijos.
- Informar a los padres y madres de familia sobre la importancia del desarrollo de la autonomía de los infantes.



CONTENIDO.

- **Términos básicos.**
- **Hábitos de higiene.**
- **Hábitos de salud.**
- **Medidas de prevención.**
- **Vacunación.**
- **Primeros auxilios.**
- **Desarrollo de la autonomía.**
- **Anexos.**

TÉRMINOS

BÁSICOS.



Son todas aquellas palabras que participan dentro de un texto y que son la clave para entender el contenido.



TÉRMINOS BÁSICOS.

Alimentación: Consiste en obtener del entorno productos naturales o transformados que conocemos con el nombre de alimentos (que contienen unas sustancias llamadas nutrientes). Es un proceso voluntario.

Dieta: Alimentación habitual u ordinaria, tanto de tipo sólido como líquido que realiza cada persona para mantenerse

Hábito: acto que se adquiere por la experiencia y realizado regular y automáticamente. (Encarta 2008)

Higiene: parte de la medicina que tiene por objeto la conservación de la salud y la prevención de enfermedades. (UNICEF 2000)

Monte de venus: Parte del sistema reproductor de la mujer en forma de almohadilla que se asemeja a un monte, en la cual aparece el bello púbico.





MPS: Ministerio de Salud Pública.

Nutrición: Empieza después de la ingesta del alimento y es involuntario. Es el conjunto de procesos por los cuales el ser vivo utiliza, transforma e incorpora a sus propias estructuras una serie de sustancias que recibe del mundo exterior a través de los alimentos.

OMS: Correspondiente a las siglas de la Organización Mundial de la Salud.

Prevención: disposición y preparación de una cosa o suceso hecho de antemano para evitar resultados malos en el futuro.

Salud: estado completo de bienestar físico y social que tiene una persona (OMS).

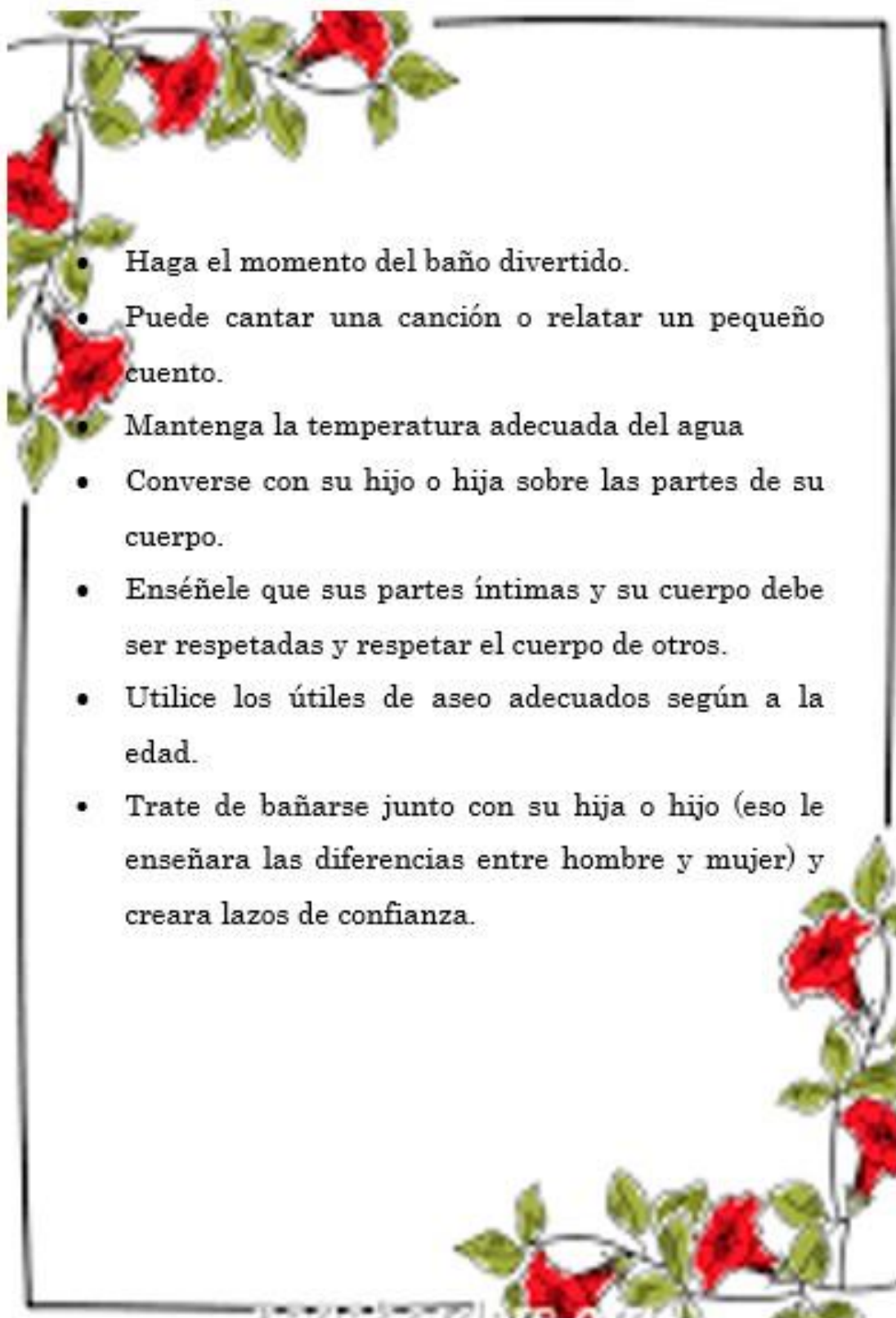


HÁBITOS DE HIGIENE.



Todas aquellas acciones que se realizan para conservar la buena presentación y la salud.





FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

Aseo íntimo.

¡Cuidemos de nuestro cuerpo!



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa>

Es importante que, si no nos bañamos a diario, realicemos un aseo íntimo, para evitar malos olores y posibles infecciones.

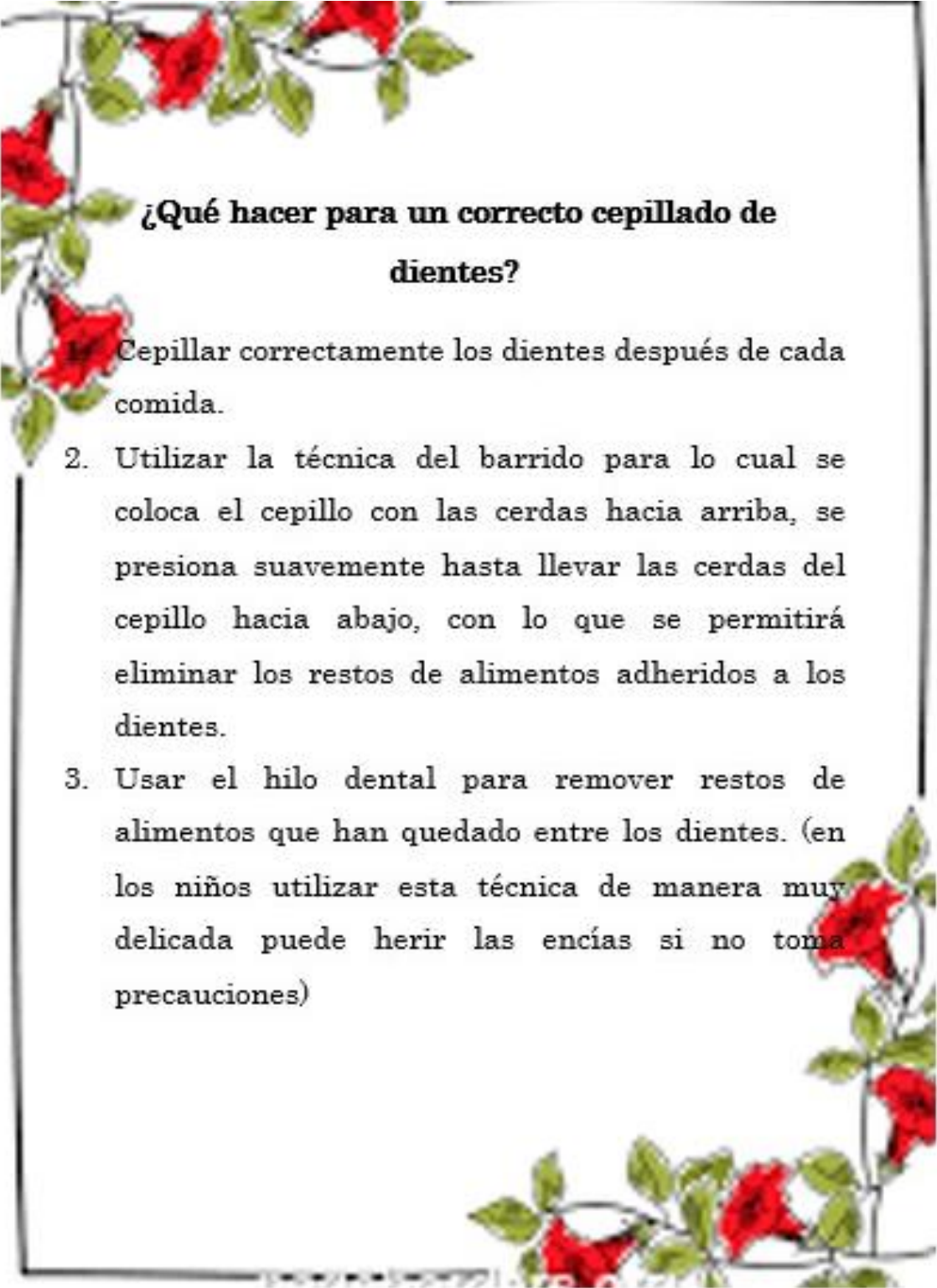
Cepillarse los dientes.

Nuestros dientes crecerán sanos y fuertes.



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa>

Al igual que nuestro cuerpo, nuestros dientes necesitan limpieza si no se enfermaran, las caries invaden a los dientes si no los lavamos de una manera correcta.



¿Qué hacer para un correcto cepillado de dientes?

1. Cepillar correctamente los dientes después de cada comida.
2. Utilizar la técnica del barrido para lo cual se coloca el cepillo con las cerdas hacia arriba, se presiona suavemente hasta llevar las cerdas del cepillo hacia abajo, con lo que se permitirá eliminar los restos de alimentos adheridos a los dientes.
3. Usar el hilo dental para remover restos de alimentos que han quedado entre los dientes. (en los niños utilizar esta técnica de manera muy delicada puede herir las encías si no toma precauciones)



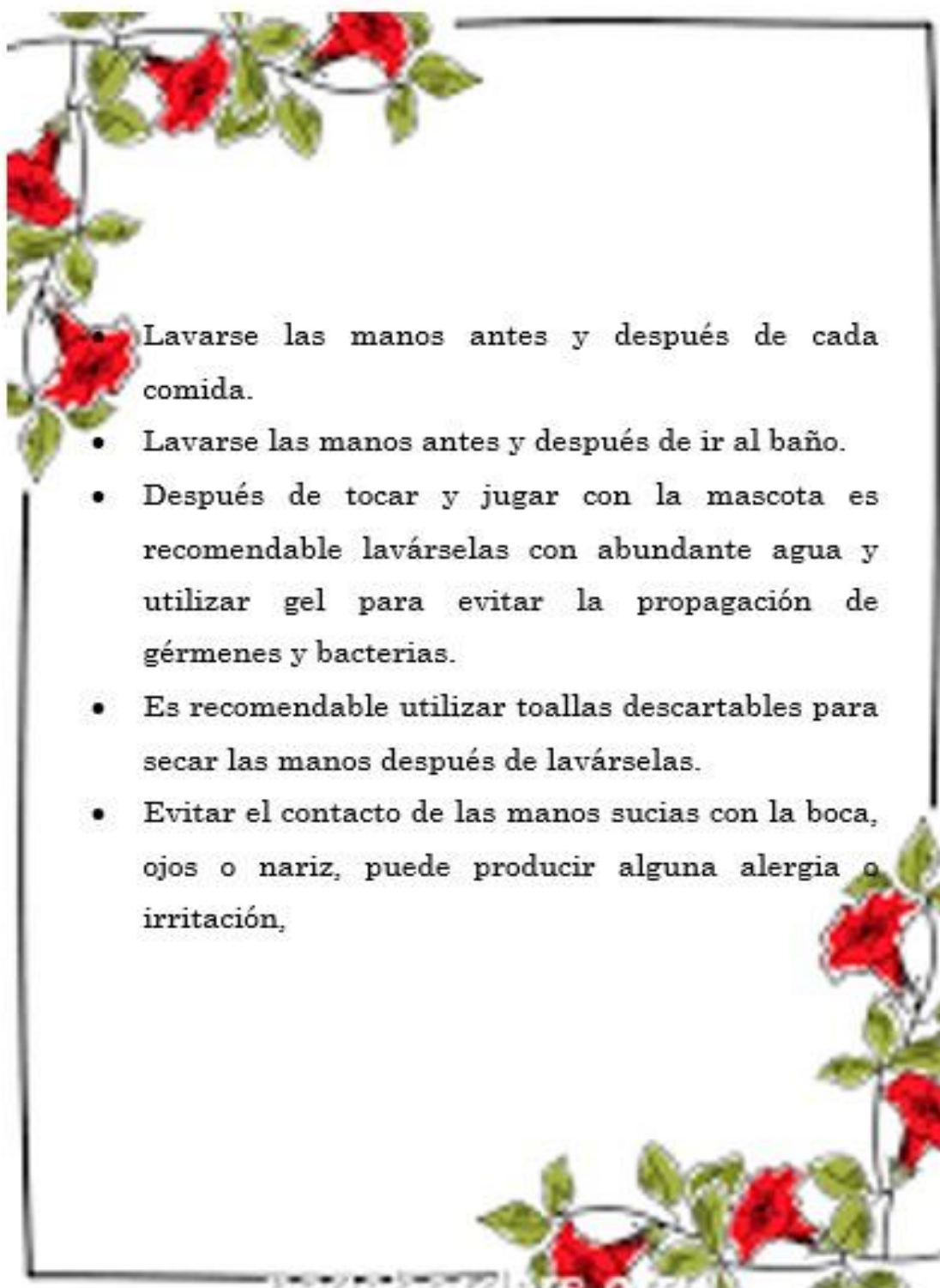
NO OLVIDES ESTOS CONSEJOS.

<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&itbo=u&source=univ&sa>

¡Doctor muelitas al rescate!

- Motiva a tus hijos a no consumir comida chatarra.
- Evita el consumo excesivo de gaseosas.
- Motiva e incentiva el cepillado de los dientes con diferentes técnicas como: una canción, un cuento, un juego o con el ejemplo
- Consumir más frutas como la manzana verde para mantener el esmalte de los dientes.
- Visita periódicamente al odontólogo.







<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&tbo>

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

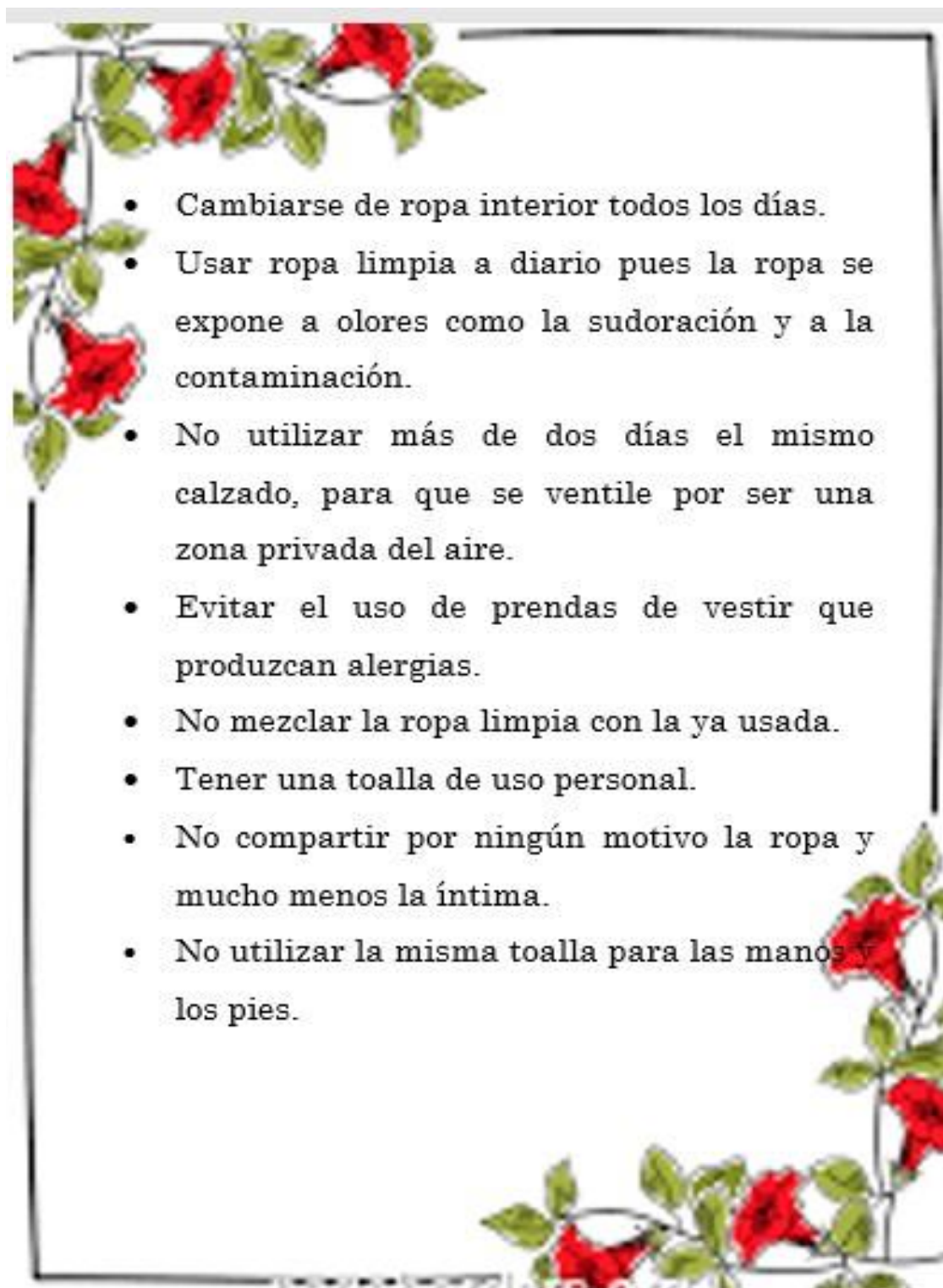
Cambiarse de ropa todos los días.

¡Nos haces vernos guapos y guapas!



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa>

Es de mucha relevancia llevar nuestra ropa siempre limpia, habla de nuestra pulcritud y personalidad, se debe cambiar toda la ropa a diario.





Son todas aquellas acciones que nos permite gozar de un buen estado de salud, previniendo enfermedades que no permiten el correcto desarrollo y llevar una vida plena.

1- Alimentación balanceada.



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habititos+de+higiene&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa>

A la hora de alimentarnos debemos pensar si de verdad nos estamos nutriendo y nutriendo a los infantes, o solamente lo hacemos como respuesta a la necesidad de comer, muchos de los pequeños dejan restos en el plato y rechazan muchos de los alimentos que de verdad les brindan nutrientes y proteínas al momento de alimentarse.

Desayuno.

Una alimentación, vestido y vivienda adecuada



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&itbo=u&source=univ&sa>

Los especialistas en la salud definen al desayuno como la comida más importante pues proporciona las energías necesarias para realizar las diferentes actividades diarias

En el desayuno es recomendable que les des a tus hijos o hijas.

- Lácteos.
- Cereales
- Fruta.



Almuerzo.

<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbo=isch&tbo=u&source=univ&sa>

En el almuerzo es recomendable comer de igual forma variado, pues es la comida que reforzará las energías gastadas del medio día transcurrido y debe contener hidratos de carbono, proteínas y grasas.

- pasta
- arroz
- pescados
- carnes
- legumbres.
- Verduras.

Merienda.



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa>

Debe ser ligera pues recordemos que después de merendar no haremos ningún tipo de esfuerzo físico y una digestión pesada no permitirá que se concilie el sueño. contener hidratos de carbono, algo de proteínas y de grasas.

- carne
- pescado
- verdura
- yogur.

Manejo y preparación de los alimentos.



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&tfbo=u&source=univ&sa>

Al momento de preparar los alimentos debe tomar medidas a continuación algunos consejos.

- Recójase el cabello de forma completa.
- Lavarse las manos antes de manipular los alimentos.
- Utilice utensilios en buen estado y limpios.



Enseñando buenos hábitos alimenticios.

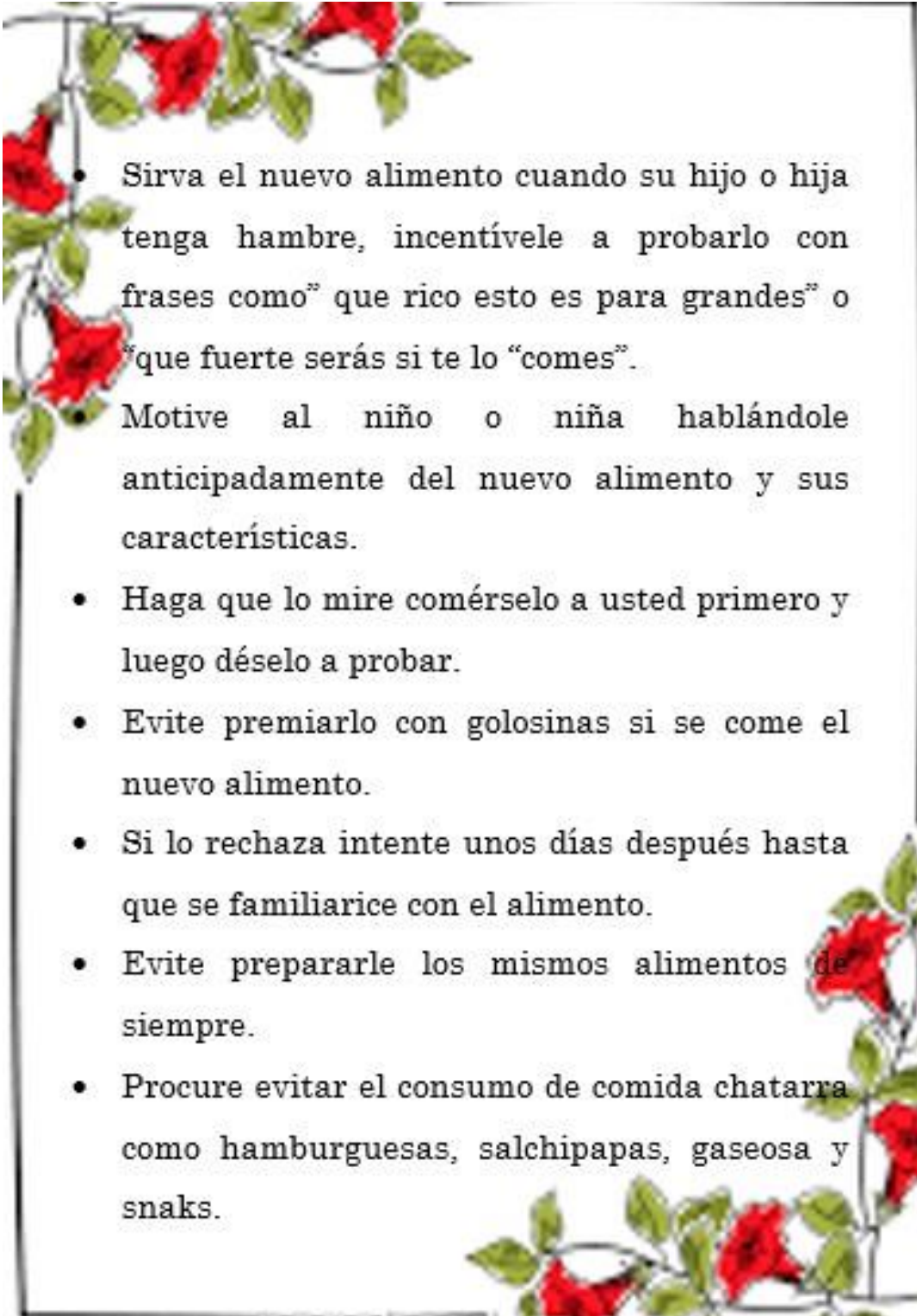


<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa>

Los infantes aprenden la mayoría de las cosas por imitación y a quienes siguen son a los adultos que les rodean algunos consejos prácticos.

- No introducir más de un nuevo alimento cada vez que lo haga.
- Sirva este nuevo alimento con otros ya conocidos y del gusto del pequeño.
- Procure servir cantidades pequeñas del nuevo alimento.





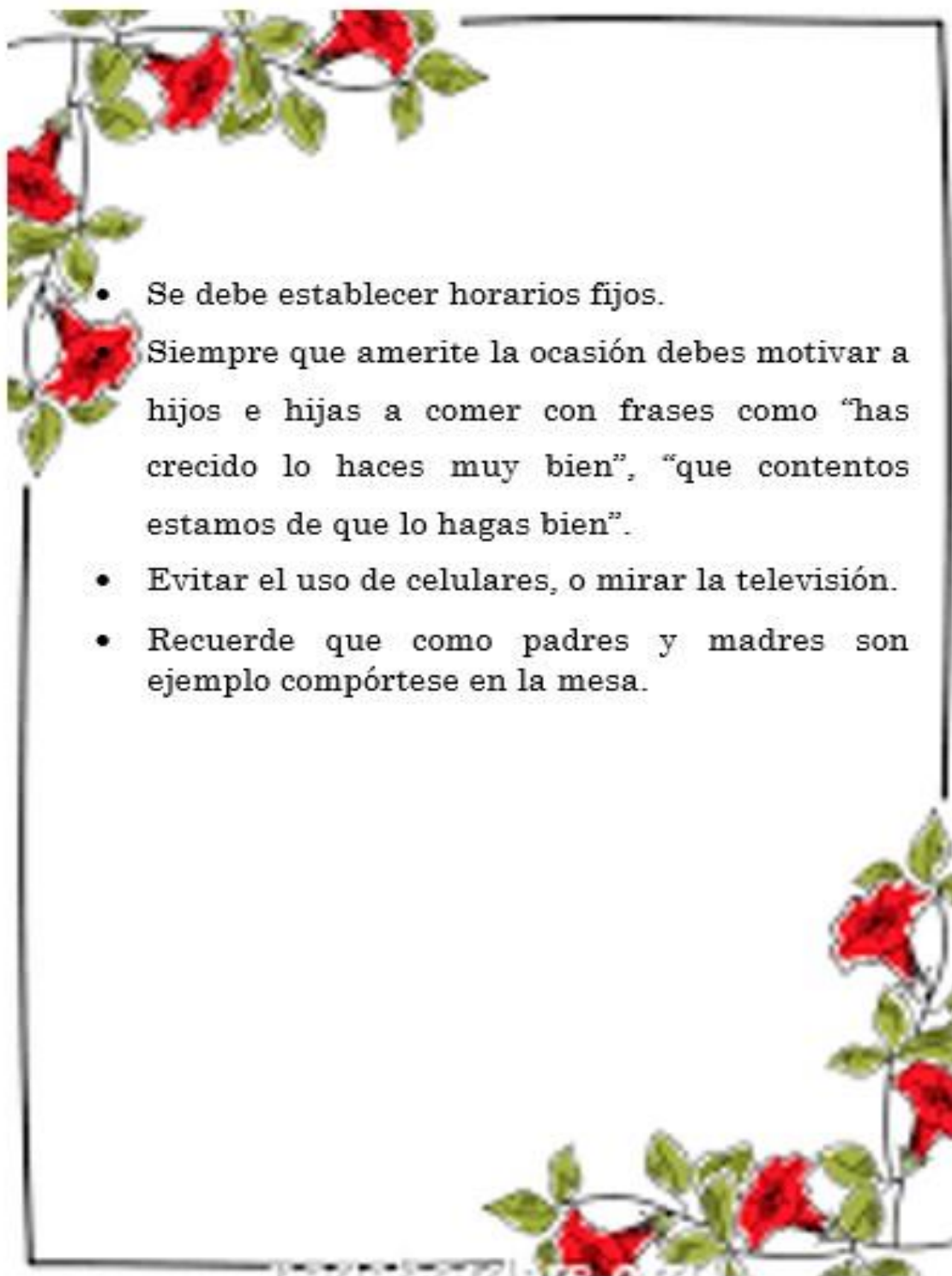
- Sirva el nuevo alimento cuando su hijo o hija tenga hambre, incentive a probarlo con frases como “que rico esto es para grandes” o “que fuerte serás si te lo “comes”.
- Motive al niño o niña hablándole anticipadamente del nuevo alimento y sus características.
- Haga que lo mire comérselo a usted primero y luego dáselo a probar.
- Evite premiarlo con golosinas si se come el nuevo alimento.
- Si lo rechaza intente unos días después hasta que se familiarice con el alimento.
- Evite prepararle los mismos alimentos de siempre.
- Procure evitar el consumo de comida chatarra como hamburguesas, salchipapas, gaseosa y snaks.

Consejos para la hora de comer.



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&tbu=u&source=univ&sa>

- A la hora de servirse los alimentos se debe crear un momento ameno, ya que es una hora para compartir.
- Evite tener discusiones en la mesa, sobre todo si sus hijo o hijas están presentes.
- Dentro del seno familiar se debe promover el consumo de alimentos saludables que brinden los nutrientes necesarios.



2.- Actividad física y deporte.



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&itbo=u&source=univ&sa>

Se pensaba que por la edad de los niños y las niñas el deporte no era necesario hasta cuando estuvieran listos, pero es lo contrario el deporte evitara el sedentarismo y será una actividad saludable.

El deporte en edades tempranas es una actividad que ayuda a los infantes a liberarse de tensiones y a consumir parte de la energía que siempre tienen, es beneficiosa la actividad



física, pero hay algunas que no se pueden realizar por su peligrosidad de alterar el aprendizaje y crecimiento de los niños y las niñas.

Los deportes más aconsejables para niños y niñas de tres años son:

- La natación.
 - Montar en bicicleta.
 - Salir a caminar.
 - La danza
- 

3.- Ocio y tiempo en familia.



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa>

La rutina diaria deja poco tiempo para pasar en familia y para actividades de distracción y diversión, sin embargo, debe a ver tiempo para los hijos y las hijas y que realicen actividades que los distraigan, y son la oportunidad para que se sientan bien.

Consejos para momentos en familia.



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa>

- Fomente la lectura, lea cuentos a sus hijos e hijas, o el gusto por algo como coleccionar calcomanías, dibujar entre otros.
- Lleve a su familia al parque y realice un picnic.
- Deje elegir a su hijo o hija que actividad le gustaría hacer.
- Modere el tiempo de las actividades que no sean tan cortas, ni tan largas.

4.- El médico amigo de nuestra salud.



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa>

Control de la salud de niños y niñas desde edades tempranas para evitar presencia de enfermedades que afecten su correcto y armónico desarrollo.

Los infantes menores de 11 meses necesitan un mínimo de 6 chequeos médicos al año.

- Los infantes de 12 a 24 meses de edad deben recibir un mínimo de cuatro controles médicos al año.
- Los infantes de 24 meses de edad necesitan mínimo dos controles médicos al año.
- Los infantes mayores de 1 año necesitan mínimo 2 chequeos médicos al año.



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tom=isch&tbm=u&source=univ&sa>

5.- Un buen descanso.



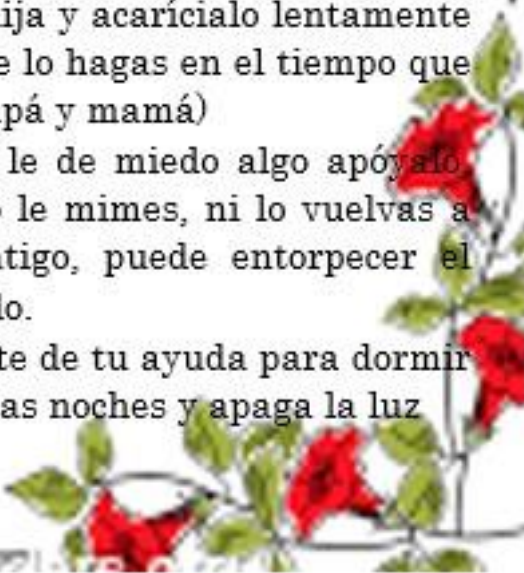
<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbn=isch&tbo=u&source=univ&sa>

El sueño es una función necesaria para el desarrollo de la vida contribuye a la reposición de energías tanto física y cognitiva es importante para la memoria y el aprendizaje, si un infante no descansa de la manera correcta no estará en condiciones para realizar actividades ni aprender.



Las horas del sueño varía según las características y la edad de las personas los infantes de 1 a 5 años deben descansar un promedio de 12 horas al día las cuales deben estar divididas en siestas y horas por las noches.

Consejos a la hora de ir a dormir.

- Crea rutinas antes de ir a dormir como el baño, un cuento, un juego tranquilo, adivinanzas, poemas, entre otros.
 - Establece un horario para ir a dormir.
 - Elige algún juguete que le guste a tu hijo o hija para que se relaje.
 - Acuesta a tu hijo o hija y acarícialo lentamente (es recomendable que lo hagas en el tiempo que ya no dormirá con papá y mamá)
 - Cuando se asuste o le de miedo algo apóyalo, acompáñalo, pero no le mimes, ni lo vuelvas a llevar a dormir contigo, puede entorpecer el proceso de dormir solo.
 - Cuando ya no necesite de tu ayuda para dormir dale un beso de buenas noches y apaga la luz
- 

MEDIDAS PREVENTIVAS PARA CONSERVAR LA SALUD.



**Son todas las acciones que se toman
para prevenir accidentes y
enfermedades, para sentirse y verse
bien.**



- Practicar hábitos de higiene.
 - Lavarse las manos antes y después de ir al baño.
 - Usar ropa limpia todos los días.
 - Cepillarse el cabello y peinarse.
 - Realizar aseo íntimo a diario.
 - Bañarse.
- Evitar el contacto con alimentos dañados o en descomposición.
- Evitar el contacto con personas o animales enfermos.
- Mantener la casa en buenas condiciones.
 - Proteger los enchufes.
 - Mantener fuera del alcance de los infantes medicamentos y productos químicos como los de limpieza e insecticidas.
 - Lava los juguetes sobre todo por la salud de tus hijos o hijas, pues tienden a llevárselos a la boca.
- Siempre lleva una alimentación sana.
- Lleva a tus hijos e hijas a los chequeos médicos oportunos.
- Sigue con rigurosidad el calendario de vacunación.





VACUNACIÓN.



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&itbo=u&source=univ&sa>

La vacuna es una dosis de anticuerpos que protege al organismo, son necesarias desde el nacimiento para evitar cualquier enfermedad que ponga en peligro al individuo.



Vacuna.	Enfermedades que previene la vacuna
BCG	Meningitis Tuberculosa.
Rotavirus.	Diarrea por rotavirus.
OPV	Poliomielitis (parálisis Flácida aguda)
Pentavalente (DPT+HB+Hib)	Difteria, tóxina, tétanos, Hepatitis B, Meningitis y Neumonía por Haemophilus influenza tipo b.
Neumococo Conjugada	Infecciones por Neumococos (Neumonía, Meningitis y otitis)
DPT	Difteria, Tóxina, Tétanos.
SRP	Sarampión, rubeola y Parotiditis (paperas).
Varicela	Varicela.
FA	Fiebre amarilla.
DT (Pediátrica)	Difteria y Tétanos.
HB	Hepatitis B
dT (adulto)	Difteria y Tétanos.
Influencia estacional	Influenza (gripe estacional.)
SR	Sarampión y rubeola.



Primeros auxilios.

Atención temprana que recibe una persona en caso de accidentes hasta estar en manos de un especialista.

A continuación, tablas en las cuales se halla detallada información de que hacer y cómo prevenir un atragantamiento, quemaduras, caídas y otros accidentes. Recomendaciones del MSP.



ATRAGANTAMIENTO.	
Medidas preventivas.	No dejar al alcance de los infantes objetos pequeños que puedan llevarse a la boca o a la nariz. Brindar los alimentos cuidando de su textura y tamaño. Durante los momentos de sueño verificar que no haya residuos de alimentos en la boca, la posición debe ser de lado, vigilar la respiración; evitar que la nariz y la boca no estén tapadas.
¿Qué hacer?	Infantes de 0 a 12 meses. Colocarle boca abajo, sobre su antebrazo manteniendo su cabeza más abajo del tronco. Realizar cinco golpecitos en la espalda con la palma de la mano. Colocarle boca arriba sobre su antebrazo, comprimir el esternón cerca de su centro, cinco veces. Inspeccionar la boca y verificar si a expulsado el cuerpo extraño. Repetir la acción cinco veces hasta que se reanime. Infantes 12 a 36 meses. Abrazarle por detrás, pasando los brazos por debajo de los suyos. Colocar su puño, formando por el pulgar e índice, en la parte media del abdomen, justo arriba del ombligo, sujetar el puño con la otra mano y efectuar cinco presiones rápidas hacia arriba Repetir hasta que el infante expulse el objeto. Reanimar al infante.

QUEMADURAS.	
Medidas preventivas.	Asegurar que los tomacorrientes se encuentren con seguridades. Garantizar que los cables eléctricos no estén pelados ni al alcance de los infantes. No dejar al alcance de los infantes fósforos, velas, estufas, planchas u otros objetos que representen peligros. No permita que los infantes ingresen a la cocina y estén expuesto a utensilios peligrosos.
¿Qué hacer?	Superficial que no daña la piel: Poner agua fría sobre el área afectada. Untar crema para quemaduras. Cubrir la quemadura con una venda de tela limpia, mientras explica al infante para que se hace eso. Quemaduras de segundo y tercer grado (aparecen ampollas). No poner nada sobre la quemadura, retirar la ropa y llevarlo a la unidad de salud más cercana. Por ningún motivo utilizar remedios caseros ni reventar las ampollas.

CAÍDAS.	
Medidas preventivas.	Mantener los pisos limpios y secos, ordenar los espacios para evitar tropezones. En caso de haber escales deben tener protecciones y utilizarlas con el apoyo del adulto. Siempre prestar vigilancia a los infantes, sobre todo en los momentos de juegos al aire libre y parques.
¿Qué hacer?	Fracturas. Revisar la zona afectada, inmovilizarla con un cartón, tabilla o algún material duro. Tranquilizar al infante. Y llevarlo a un especialista. Heridas. Lavarse las manos muy bien con agua y jabón, limpiar la herida con abundante agua y jabón, con una gasa espada de antiséptico limpiar la herida de adentro para afuera. Si la herida es grave y produce hemorragias hacer un torniquete y asistir de inmediato a un centro de salud. Hematomas. Lavar la zona afectada con agua fría y jabón. Si el golpe es en la cabeza no deje que el infante se duerma y llévelo al servicio de salud más cercano.

OTROS	
Medidas preventivas.	No dejar al alcance de los infantes objetos corto punzantes y puntiagudos que son un riesgo para provocar heridas. No mantener recipientes de agua destapados y sin seguridad (tanque, balde entre otros). Vigilar constantemente lo que realiza el infante.
¿Qué hacer?	Intoxicaciones y envenenamientos. Si se produce a través de la piel ojos o boca, lavar con abundante agua, durante un largo tiempo. Si ha tomado medicamentos indebidos o sustancias tóxicas llevarlo inmediatamente a la unidad de salud más cercana.

Desarrollo de la autonomía.



Es la capacidad que los infantes tiene para realizar actividades sin la ayuda del adulto, es un proceso de aprendizaje progresivo.



AUTONOMÍA

La autonomía es un proceso en el desarrollo personal del infante, pues esta liga estrechamente a su seguridad e independencia, no todos los niños y las niñas viven de la misma manera es por ello por lo que esta etapa de adquisición de autonomía no será al mismo ritmo.

El ambiente influye en este proceso, sobre todo el familiar si no estimulamos su independencia le prohibiremos de explorar su entorno, lo importante es no dejarlos solos



<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa>





Actividades que pueden realizar a los tres años.

- Controla esfínteres, aunque necesita aun la ayuda del adulto para limpiarse.
- Es capaz de vestir y desvestirse.
- Tiene la capacidad de elegir lo que más le gusta
- Se sienta a la mesa y come utilizando correctamente la cuchara.
- Se lava las manos y la cara.
- Se cepilla los dientes con supervisión del adulto.
- Hace amigos del mismo sexo.
- Bebe del baso y no desparrama su contenido.





¿Cómo fomentar el desarrollo de la autonomía?

- Motiva a tu hijo o hija a realizar acciones solo o sola.
- Aprovecha actividades cotidianas para que tome la iniciativa. (poner y recoger la mesa, recoger sus juguetes y ropa)
- Incentívalo a vestir y desvestirse solo, no lo hagas tú.
- Ante algún obstáculo déjale que busque la solución.
- Ante preguntas que le formulen nunca respondas por él, motívale a que responda el solo o sola.
- No le mimes ni le premies constantemente.
- Establece reglas y normas para todos.





<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa>

- No te contradigas si le pides hacer una actividad, insiste en que la realice, no desistas, tampoco acudas a la fuerza.
- Muestra seguridad ante él o ella
- Utiliza frases como “que bien lo haces”, “estas creciendo”, “ya eres grande”, “muy bien, excelente mi amor, sigue así”, cuando logre hacer algo bien y por si solo.



ANEXOS.

A continuación, algunos recursos que pueden servir como apoyo para fomentar los hábitos de higiene en los infantes.

Canciones.

¡A bañarme!



Videos educativos, bubba y sus amigos vienen a jugar

<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&itbo=u&source=univ&sa>

Llego la hora que más me gusta, llego un momento muy especial con muchas burbujas y juguetes yo me voy a bañar.

A bañarme, a bañarme a bañarme yo me voy descubriendo mi cuerpo de los pies a la cabeza con esponja y con jabón

Los brazos, (los brazos), la cara (la cara, el cuello, (el
cuello), la espalda, (la espalda), suavemente el ombligo

en medio de mi panza, con el agua me divierto y
estar limpio me hace bien, sigo descubriendo mi
cuerpo tú lo puedes hacer también, va bajando por el
hombro una pompa de jabón por el brazo y por la
mano hasta que la soplo yo.

¡A la mesa yo ya me senté!



Videos educativos, bubba y sus amigos vienen a jugar

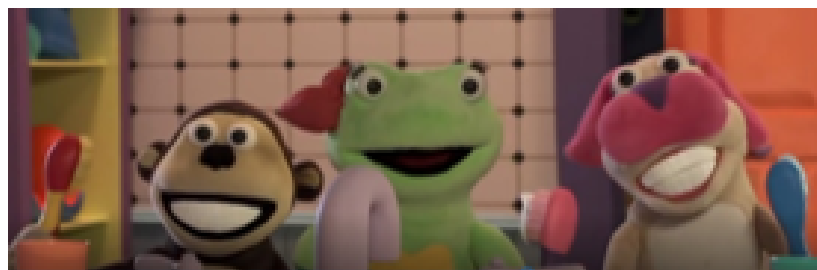
[https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=](https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&itbo=u&source=univ&sa)
[isch&itbo=u&source=univ&sa](https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&itbo=u&source=univ&sa)

A lavarse bien las manos, ya está lista la comida,
como me gusta sentarme a la mesa con mi familia,
tengo mi cuchara y mi tenedor

A la mesa, a la mesa, a la mesa yo ya me senté, el que
coma la comida mucho va a crecer.

Comer siempre algo distinto le hace bien al cuerpo,
descubriendo los alimentos comer es como un juego.

¡Boca - boca!



Videos educativos, bubba y sus amigos vienen a jugar
<https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&xtbo=u&source=univ&sa>

Boca – boca, boca- boca, Toma todas las mañanas la
leche y la sopla cuando está caliente, en la cena come
la comida yo la cuido y me lavo los dientes.

A mi boca a boca le gusta jugar y jugar, hace muchas
muchas muecas y no para de cantar. boca – boca,
boca- boca.

Mi boca canta muchas canciones lalalala.

Se ríe cuando estoy contento jajaja,

Bosteza siempre por las noches y dice hasta mañana
con un beso.

¿Dónde están los cereales?



Videos educativos. bubba y sus amigos vienen a jugar

[https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=](https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa)
[isch&tbo=u&source=univ&sa](https://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa)

Donde están los cereales, donde están donde están a
ver quién los encuentra a la hora de desayunar, con
cereales se hace la harina, con la harina se hace el
pan, con el pan una tostada con mermelada la voy a
untar.

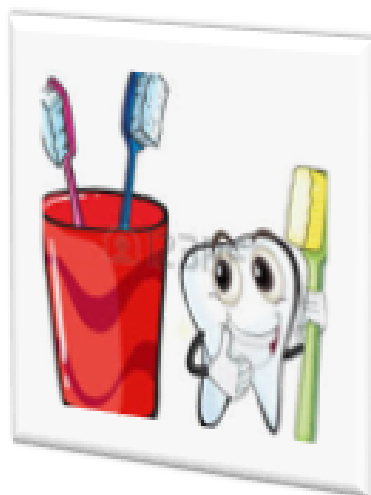
Donde están los cereales, donde están donde están a
ver quién los encuentra a la hora de almorzar, con
cereales se hace la harina, con la harina se hace la
masa, con la masa los fideos, que preparo con queso y
salsa

Donde están los cereales, donde están donde están a
ver quién los encuentra a la hora de merendar,
también son cereales los cocos que yo tomo con la
leche pueden ser de maíz o de arroz yo los cómo y mi
cuerpo crece

Después de desayunar chiquichiquichi

Cuando termines de almorzar chiquichiquichi

Antes de irte acostar chiquichiquichi.



<http://www.google.com.ec/search?q=imagenes+habitos+de+higiene&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa>

Recitaciones cortas.

El aseo.

Tengo mi ropa muy limpia,
mi carita limpia esta,
mis manos se ven bonitas,
me las lavo mi mamá.

Luis López Ricoy.

Una siesta.

Una siesta de verano,
el pajarito canto,
El canto quedo colgado
de la rama del limón.

Laura Devetach.

A un niño.

Peina tus lindos cabellos,
para que se vean muy bellos,
si quieres ser educado
debes estar bien aseado,
tener muy buenas maneras
y palabras muy sinceras.

Carmen Basurto.

Zapatitos.

Zapatitos de hierro
para el caballo,
zapatitos de seda para el bebé,
botitas de roció
para la araña,
y zapatitos de cuero
para mi pie.

Morita Carrillo.

Mis manitas.

Mis manitas limpias se ven muy bonitas
Son blancas palomas que quieren volar,
Y cuando están sucias son flores marchitas
que me dan vergüenza las voy a lavar.

Luis López Ricoy

¡Qué sueño!

Y vino don topo Topón
que es muy dormilón,
y se quedó dormido,
vestido con traje y bastón.
y se quedó dormido,
lirón y lirón,
arriba de siete colchones
y un almohadón.

María Lacau.

CAPÍTULO VI.

6. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS.

6.01. Recursos.

Para poder realizar el presente proyecto se utilizó diferentes recursos los cuales fueron necesarios para la ejecución de la investigación y lograr el objetivo planteado y de una u otra forma dar solución al problema.

Se utilizaron como herramientas y elementos fundamentales los siguientes recursos.

Recursos humanos.

- Niños y niñas de tres años del Centro de desarrollo infantil Función Judicial.
- Padres y madres de familia del Centro de Desarrollo Infantil Función Judicial.
- Investigadora.
- Directivos del centro de desarrollo Infantil.

Recursos Materiales.

- Material de oficina.
- Copias.
- Impresiones.
- Encuestas
- Libros.

Recursos Tecnológicos.

- Internet.
- Computadora.
- Flash.
- Impresora.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

- Cámara fotográfica.
- Páginas y libros virtuales.

Recursos Financieros.

Los recursos financieros fueron sustentados por parte de la investigadora, llegando a un total de 901.06 dólares que se detalla en el presupuesto.

6.02. Presupuesto.

Para la ejecución del proyecto se realizaron gastos diversos, cabe recalcar que el presupuesto obtenido estuvo de acuerdo a las necesidades presentadas en el tiempo que se trabajó y se detalla de la siguiente forma: se utilizó varios materiales de bazar que se necesitó para realizar material didáctico que apoyaron la temática del proyecto como temperas, foami, pinceles, cartón presando entre otros, también fue fundamental las impresiones realizadas por cada capítulo para realizar correcciones y presentar los capítulos de la forma adecuada

Tabla 26.

Presupuesto.

ISUMOS	CANTIDAD	VALOR UNITARIO.	VALOR TOTAL.
Temperas.	3	1.60.	4.80
Cartón prensado.	1	0.70	0.70
Pliegos de foami	3	1.60	4.80
Impresiones por capítulo.	50	0.05	2.50
Pinceles	2	0.40	0.80
Tabla triple	1	2.00	2.00
Transporte.	24	1,50	36,00
Copias encuestas	40	0,05	2,00
Fomix inen.	20	0,30	6,00
Asesoramiento profesional.	4	203,00	812,00
Copias primer borrador.	1	5,46	5,46
Copias correcciones.	1	4,00	4,00
Anillados	2	1.50	3,00
Empastados.	1	10,00	10,00
Trípticos	20	0,30	6,00
Total	178	232,46	901,06

Fuente: Presupuesto.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

6.03. Cronograma.

El cronograma esta realizado para determinar el tiempo que se tardó para la realización del proyecto y se menciona las actividades que se realizaron, el siguiente cronograma esta realizado de la siguiente manera, se tomó en cuenta el tiempo donde se detalla los meses y las semanas, en las actividades se mencionan todos y cada uno de los puntos realizados en cada capítulo empezando desde el planteamiento del problema hasta las últimas correcciones, los anexos y entrega al lector.

Tabla 27.

Cronograma.

Tiempo. Actividades.	Octubre- noviembre.				Diciembre- enero.				Febrero- marzo.			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Planteamiento del tema.	X											
Aprobación del proyecto	X											
Capítulo I. Justificación.		X										
Antecedentes.		X										
Matriz T.		X										
Capítulo II. Análisis de involucrados.		X										
Matriz de análisis de involucrados.		X										

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

Capítulo III.			X									
Árbol de problemas y árbol de objetivos.												
Capítulo IV.			X									
Matriz de análisis de alternativas.												
Matriz de análisis de impacto.			X									
Diagrama de estrategias				X								
Marco Lógico.				X								
Capítulo V.				X								
Propuesta.												
Antecedentes.					X							
Datos informativos.					X							
Objetivo general y específicos.					X							
Justificación.					X							
Marco teórico.						X						
Análisis e interpretación de resultados.							X					
Capítulo VI.								X				
Aspectos administrativos												
Presupuesto									X			
Socialización.									X			

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

Capítulo VII.										X		
Conclusiones y recomendaciones.												
Anexos										X		
Revisión y aprobación del tutor.										X		
Entrega del primer borrador.											X	
Entrega a lector.												X

Fuente: Presupuesto.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

CAPÍTULO VII.

7. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.

7.01. Conclusiones.

Después de haber realizado la investigación sobre hábitos de higiene y salud se llega a las siguientes conclusiones:

- El tema de los hábitos de higiene y salud no debe considerarse solamente desde la perspectiva referente a la limpieza personal, más bien se debe dar la importancia necesaria sabiendo que a través de la práctica adecuada de estos hábitos se llevara una vida sana.
- La familia al ser el núcleo de la sociedad se convierte en la fuente principal para adquirir valores, modales, costumbres, hábitos y tradiciones con las cuales el infante crecerá, es deber de los padres y madres de familia fomentar hábitos de higiene que den la oportunidad a los infantes de tener un crecimiento integral.
- Los padres de familia inculcan hábitos de higiene en el hogar, pero al tratarse de hábitos de salud su práctica es incipiente, se debe al mal manejo de la información, además que esa práctica se enfoca meramente al cuidado de los hijos y las hijas, poco se conoce que a través de los hábitos de higiene y salud se está potenciando aprendizaje en los infantes como el desarrollo de la autónoma.
- En el país a pesar de tener programas que manejan temas de prevención de enfermedades y cuidados de la salud en la primera infancia y crianza correcta de los hijos y las hijas, son pocos los que se llegan a ejecutar de manera concreta.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

- Los padres y las madres de familia reciben poca información sobre medidas de prevención y primeros auxilios que pueden ser valiosos en casos de emergencia.
- La autonomía es un aspecto que se debe desarrollar desde los primeros años de vida en los infantes, al ser la capacidad de realizar actividades sin ayuda de los, demás permitirá que cada niño y niña tenga más confianza y seguridad en si mismo.
- Las destrezas en cuanto a hábitos de higiene que propone el Currículo de educación inicial se pueden lograr, a través de la práctica y con la ayuda de los padres y madres de familia con el refuerzo desde el hogar.

7.02. Recomendaciones.

Se estable como recomendaciones después de realizar la investigación que sustenta el proyecto las siguientes:

- Padres y madres de familia deben tener muy en cuenta que los temas de higiene y salud apoyan el crecimiento adecuado de los infantes.
- Es indispensable que los padres apoyen los aprendizajes adquiridos en el centro infantil, para que estos sean significativos y se tenga una evolución y no un retraso en dichos aprendizajes.
- La información receptada por padres y madres de familia sobre temas de salud y sus referentes debe ser clara y entendible, para que apoye el adecuado cuidado y correcta crianza de los hijos y las hijas.

- Se debe promocionar el cuidado de la salud a través de charlas, talleres y exposiciones por parte de entidades y organismos de salud, las cuales motiven a las familias a conocer la importancia de llevar una vida saludable desde la etapa prenatal.
- La información que se dé a los padres de familia debe ser más que abundante importante y concreta, las charlas, campañas y talleres que se enfoquen con estos temas deben ser motivacionales.
- Padres y madres de familia deben soltar un poco a sus hijos e hijas, evitar la sobre protección y consentimiento desmedido, lo adecuado es que como padre y madre de familia se apoye el aprendizaje de los infantes, pues es un aporte a que los pequeños adquieran seguridad en si mismos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Caiza, S. & Martínez, M, (2015). *La salud e higiene personal y su incidencia en el desarrollo físico, psicológico e intelectual de los niños y niñas*, pág. 34. Latacunga-Ecuador.

Salas, C. y Marat, L. (2000). *Educación para la salud*. México: Pearson Educación

Mantuano, R.& Barahona, J. (2012). *Los hábitos de higiene en el estudiante y su desarrollo mediante la aplicación de instructivo*, pág. 14-15. Milagro-Ecuador.

CLASA (2004). *Tomo 1, Biología Ecología, El cuerpo humano/Salud e higiene. Los sentidos, La salud*, Pág. 151.185. Bogotá - Colombia. Arquetipo.

CLASA (2004). *Tomo 1, Biología Ecología, El cuerpo humano/Salud e higiene. Los sentidos, La salud*, Pág. 151, Bogotá - Colombia. Arquetipo.

Mora, D. (2008), *La educación para la salud. “Un enfoque integral”* pág. 10,

UNICEF (2004). *¡UPA! Guía de pautas de crianza de niños y niñas entre 0 y 5 años para agentes formadores de la familia*. Asunción- Argentina.

MIES (2016), *Hábitos saludables de crianza, alimentación y nutrición de niños y niñas de 2 a 3 años*. Quito-Ecuador www.inclusión.gob.ec

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

Montesino, Barrios, R. (2014) *Guia para las familias. Como promover hábitos saludables y el desarrollo socioafectivo en niños y niñas a través del ocio y deporte en familia.* Madrid -España. CEAPA.

Martínez, R. & Cervantes, (2012) M. *Gran libro de la maestra, Capítulo 2 poemas, Tomo 1.* Biblioteca nacional de México. Lexus. Morelos- México.

Dr. Ferrera Floreal (s.f), <http://concepto.de/salud-segun-la-oms/#ixzz52QVy54Xq>, Recuperado de la web el 26/12/2017.

Microsoft, Encarta, (2008). *Los hábitos según la psicología*, Recuperado de Capitulo 2 Los hábitos el 26/12/2017.

JUNTA E ANDALUCIA, (2013), Catalogo de Programas Educativos. *Hábitos de vida saludable*, pág. 11-25. Andalucía-Colombia. SE-1740-2013

ANEXOS.

ANEXOS 1: ENCUESTA.

Encuesta dirigida a padres y madres de familia del Centro de Desarrollo infantil Función Judicial.

Objetivo: Determinar el nivel de la práctica de hábitos de higiene y salud en el hogar de infantes de tres años de edad.

Instrucciones:

Responda con sinceridad

Utilice esfero de color azul

- 1.- ¿Cuál de los siguientes conceptos cree usted que se refiere a “higiene”?
 - a) Medidas para conservar la salud.
 - b) Limpieza para sentirse sano.
- 2.- ¿Cuál de los siguientes conceptos cree usted que se refiere a “hábito”?
 - a) Conductas propias.
 - b) Acciones que se realizar todos los días.
- 3.- De los siguientes conceptos, escoja el que usted crea que se refiere a autonomía:
 - a) Responsabilidad en realizar actividades.
 - b) Realizar actividades sin ayuda de los demás.
- 4.- ¿Qué acciones de limpieza personal realiza solo su hijo y/o hija?
 - a) Se cepilla los dientes.
 - b) Se viste y desviste.
 - c) Se lava las manos y la cara.
 - d) Ninguna, le ayudo en todas.
- 5.- ¿De qué manera fomenta los hábitos de higiene en su hogar?
 - a) A través del ejemplo.
 - b) Por medio del dialogo
 - c) Por medio del juego.
- 6.- ¿Cuál de los siguientes hábitos de higiene práctica en casa junto con su hijo y/o hija?
 - a) Lavarse las manos.
 - b) Cepillarse los dientes.
 - c) Bañarse.
 - d) Todos los anteriores.

e) Ninguno.

7.- ¿Cómo padre y madre de familia de qué manera cree usted que se debe orientar sobre el cuidado del aseo personal en los niños y las niñas?

d) Capacitaciones, charlas y talleres.

e) Campañas, carteleras.

f) No necesita capacitarse.

8.- ¿Cuántas veces en el año escolar a participado usted de una capacitación sobre hábitos de higiene y salud?

a) 1 vez

b) 2 veces

c) Ninguna.

9.- ¿Estaría dispuesto a participar de una capacitación que le brinde información sobre el cuidado de la salud y su incidencia en el desarrollo integral de los niños y las niñas?

d) Si

e) No

f) Tal vez

10.- ¿Cree usted que es necesario tener una guía informativa con aspectos que se enfoquen en orientar a padres y madres de familia en la práctica de hábitos de higiene para el cuidado de los infantes?

a) Si

b) No

c) Tal vez

¡GRACIAS POR SU GENTIL COLABORACIÓN!

La niñez es la semilla de la juventud y su fruto la madurez.

ANEXOS 2: ENCUESTA.**Encuesta dirigida a padres y madres de familia del Centro de Desarrollo infantil
Función Judicial después de la realización del taller.**

Objetivo: Determinar el nivel de la práctica de hábitos de higiene y salud en infantes de tres años de edad.

Instrucciones: Responda con sinceridad

Utilice esfero de color azul

¡GRACIAS POR SU GENTIL COLABORACIÓN!

Pregunta.	Si.	No.
1.- Después de haber asistido al taller “los hábitos de higiene y salud en la primera infancia”, ¿estaría dispuesto a dedicarle tiempo para practicarlos con su hijo y/o hija?		
2.- Al conocer la importancia de los hábitos de higiene ¿usted los practicaría con su familia, buscando nuevas maneras de hacerlo?		
3.- ¿Cree usted que una forma concreta de saber la importancia de la conservación de la salud es por medio de este tipo de talleres?		
4.- ¿A través del taller recibió usted el conocimiento adecuado sobre medidas de prevención de enfermedades?		
5.- La propuesta está enfocada en la conservación de la salud, ¿cree usted que dicha propuesta cuenta con consejos y tips necesarios que ayudan a las familias a conservar la misma?		
6.- ¿Desde su punto de vista fue satisfactorio el taller?		
7.- ¿Desde ahora estaría dispuesto a supervisar la práctica de hábitos de higiene en su hogar?		
8.- ¿Se despejaron sus dudas acerca de medidas preventivas o temas referentes?		
9.- ¿Le pareció fundamental la información que recibió en el taller para el aprendizaje de su hijo y/o hija?		
10.-En adelante le gustaría recibir información sobre este tipo de temas.		

¡Un infante sin aprender ni jugar, es como una semillita sin regar!

ANEXOS 3: VIDEO MOTIVACIONAL.



Fuente: www.videos.habitosbuenospadresbuenohijos.org.au.

Elaborado por: Viviana Landázuri.



Fuente: de la web, buenos y malos hábitos padres e hijos.

Elaborado por: Viviana Landázuri.

ANEXOS 4: INVITACIÓN.



FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

ANEXOS 5: REGISTRO DE ASISTENCIA.

Nombre y Apellidos.	Número de cédula.
Lourdes Potosí.	1706958722
Elsa Ulloa Tapia.	0701410656
Yadira Romero.	1752733950
Vanessa Moreta.	1722123484
Berónica Ayala T.	1712831724
Cumandá Vaca.	1201532373
Fernanda Urgilés.	1725422131
Estela Boada.	1703571073
Blanca Guadaluña	1500400484
Mauricio Cando.	1717704033
Cristina Analuisa.	1724522428
Salvador Analuisa.	1702514603
Pablo Analuisa.	1715606484
Mercedes Landázuri.	1727418202
Doris Rojas.	1756062462

Fuente: Propia

Elaborado por: Viviana Landázuri.

ANEXOS 6: FOTOS TALLER DE SOCIALIZACIÓN.



Fuente: Propia
Elaborado por: Viviana Landázuri.



Fuente: Propia
Elaborado por: Viviana Landázuri.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.



Fuente: Propia
Elaborado por: Viviana Landázuri.



Fuente: Propia
Elaborado por: Viviana Landázuri.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

ANEXOS 7: TRIPTICO TALLER.

Primeros auxilios es aquella atención temprana que se le da a una persona que a sufrido un accidente hasta que leste en manos de un especialista. Atragantamiento. Infantes 12 a 36 meses. Abrazarle por detrás, pasando los brazos por debajo de los suyos. Colocar su puño, formando por el pulgar e índice, en la parte media del abdomen, justo arriba del ombligo, sujetar el puño con la otra mano y efectuar cinco presiones rápidas hacia arriba Repetir hasta que el infante expulse el objeto. Reanimar al infante. Quemaduras. No poner nada sobre la quemadura, retirar la ropa y llevarlo a la unidad de salud más cercana. Por ningún motivo utilizar remedios caseros ni reventar las ampollas.	Intoxicaciones y envenenamientos. Si se produce a través de la piel ojos o boca, lavar con abundante agua, durante un largo tiempo. Si ha tomado medicamentos indebidos o sustancias toxicas llevarlo inmediatamente a la unidad de salud más cercana. Fracturas: Revisar la zona afectada, inmovilizarla con un cartón, tabilla o algún material duro. Tranquilizar al infante. Y llevarlo a un especialista. Heridas: Lavarse las manos muy bien con agua y jabón, limpiar la herida con abundante agua y jabón, con una gasa espada de antiséptico limpiar la herida de adentro para afuera. Si la herida es grave y produce hemorragias hacer un torniquete y asistir de inmediato a un centro de salud. Hematomas: Lavar la zona afectada con agua fría y jabón. Si el golpe es en la cabeza no deje que el infante se duerma y llévelo al servicio de salud más cercano. Viviana Landázuri. Proyecto de titulación. Taller a padres y madres de familia vivipanaluisa@gmail.com	INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR CORDILLERA. Practico hábitos de higiene y salud y crezco sano.  HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD EN LA PRIMERA INFANCIA.
--	---	---

Fuente: Propia
Elaborado por: Viviana Landázuri.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.

HIGIENE Y SALUD.

La salud en la primera infancia es un factor que se asocia al aprendizaje de los infantes, por lo tanto es importante que los infantes aprendan como conservarla.

Padres y madres de familia son los encargados de inculcar hábitos desde el hogar.

Los hábitos de higiene que se deben practicar son:

- ⇒ Baño diario.
- ⇒ Aseo íntimo.
- ⇒ Lavado constante de manos.
- ⇒ Cepillado de dientes.
- ⇒ Cambiarse las ropa diariamente sobre todo la íntima.



Hábitos saludables.

Se suele tomar como referencias a la práctica de hábitos solamente a los que de aseo personal se trata, pero para conservar la salud hay otros hábitos que se deben practicar desde edades muy tempranas para gozar de una salud adecuada.



Estos son:

- ⇒ Llevar una dieta balanceada, con 5 comidas al día, el desayuno, el almuerzo y la merienda, y las otras dos como colación a media mañana y media tarde.
- ⇒ Descanso correcto, se debe dormir las horas necesarias que son ocho diarias

- ⇒ Realizar deporte, ayudara a mantener el peso y la talla ideales en los infantes.
- ⇒ Chequeo medico oportuno, se debe realizar el de rutina que en infantes de 3 años son dos al año.
- ⇒ El ocio y tiempo en familia que crea lazos afectivos y de confianza entre padres e hijos.

Medidas preventivas y primeros auxilios.

Dentro de la conservación de salud tenemos otros factores o medios por los cuales lograr este objetivo.

- ⇒ Mantener en perfectas condiciones el medio que rodea al infante, para evitar accidentes, la casa, el centro infantil deben tener la seguridades necesarios.
- ⇒ Practicar hábitos de higiene y salud.
- ⇒ Evitar el contacto con animales y personas enfermas.
- ⇒ Realizarse los chequeos medicos.
- ⇒ Acudir a las vacunaciones necesarias.
- ⇒ Protegerse de los cambios bruscos del clima, como el frío, el calor o la exposición al polvo.

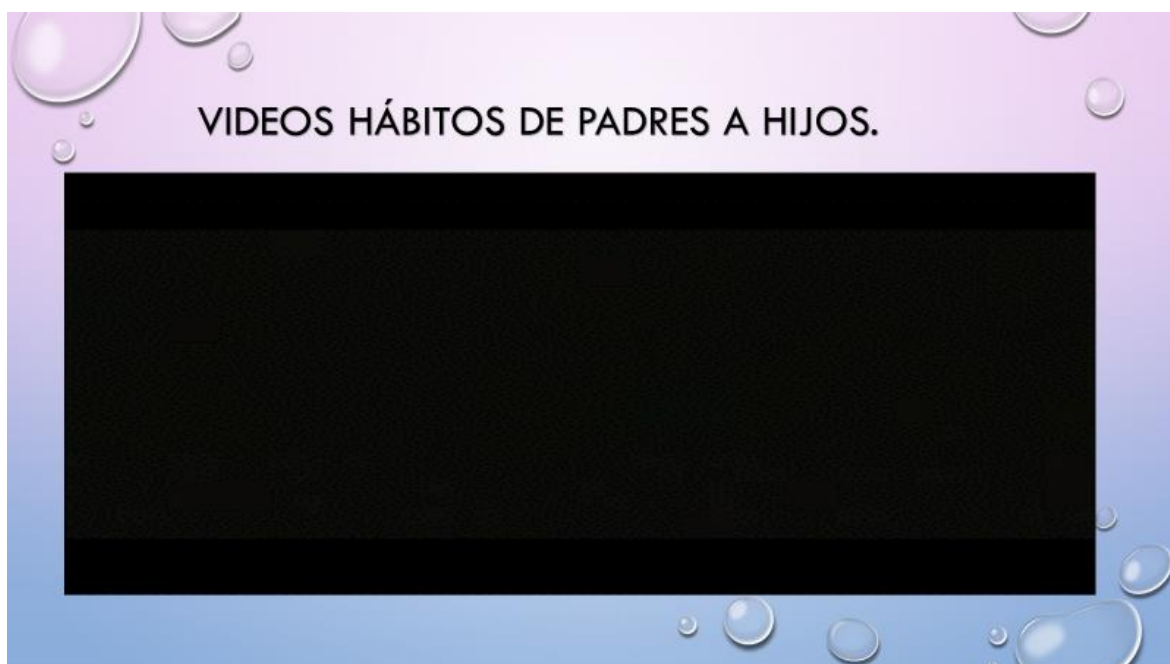
Fuente: Propia
Elaborado por: Viviana Landázuri.

ANEXOS 8: DIAPOSITIVAS TALLER.



Fuente: Propia

Elaborado por: Viviana Landázuri.



Fuente: Propia

Elaborado por: Viviana Landázuri.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.



Fuente: Propia
Elaborado por: Viviana Landázuri.



Fuente: Propia
Elaborado por: Viviana Landázuri.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.



Fuente: Propia
Elaborado por: Viviana Landázuri.



Fuente: Propia
Elaborado por: Viviana Landázuri.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.



Fuente: Propia
 Elaborado por: Viviana Landázuri.



Fuente: Propia
 Elaborado por: Viviana Landázuri.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.



Fuente: Propia

Elaborado por: Viviana Landázuri.



Fuente: Propia

Elaborado por: Viviana Landázuri.



Fuente: Propia
Elaborado por: Viviana Landázuri.



Fuente: Propia
Elaborado por: Viviana Landázuri.



Fuente: Propia
Elaborado por: Viviana Landázuri.

DESTREZAS QUE DEBEN DESARROLLAR LOS INFANTES DE TRES AÑOS RELACIONADAS A SU AUTONOMÍA EN LA PRÁCTICA DE HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD.

- Lavarse las manos y cara con la supervisión del adulto y los dientes con apoyo del adulto incrementando los niveles de autonomía en la realización de acciones de aseo.
- Realizar acciones de lavado de manos, cara y dientes con la guía del adulto, como parte del proceso de la adquisición de hábitos de higiene
- Acudir al baño autónomamente, requiriendo la ayuda del adulto para su aseo
- Sacarse y ponerse algunas prendas de vestir como: interior, pantalón o falda y medias sin ayuda del adulto.
- Seleccionar prendas de vestir de acuerdo a su preferencia.
- Utilizar la cuchara y el vaso cuando se alimenta demostrando cada vez mayores niveles de independencia.



Fuente: Propia
Elaborado por: Viviana Landázuri.

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.



CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "FUNCION JUDICIAL"

Quito, 9 de marzo del 2018

Señores

INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR CORDILLERA

Presente.

De mi consideración:

Me permito emitir el siguiente certificado correspondiente a la entrega e implementación de la Guía Informativa de hábitos de higiene y salud dirigido a padres y madres de familia, en el Centro de Desarrollo Infantil "Función Judicial", ya que ha cumplido con los requisitos solicitados por parte de nuestra institución, Fomentar hábitos de higiene y salud potenciando el desarrollo de la autonomía en niños y niñas de 3 años de edad, guía informativa dirigida a padres y madres de familia del Centro Infantil "Función Judicial" del Distrito Metropolitano de Quito, en el periodo académico 2018

El trabajo sobre Los hábitos de higiene y salud como estrategia para desarrollar la autonomía en niños y niñas del Centro de Desarrollo Infantil "Función Judicial" del Distrito Metropolitano de Quito en el periodo académico 2018, se encuentra terminado e implementado satisfactoriamente en la institución.

Es todo lo que puedo decir en honor a la verdad.

Atentamente,



Dr. Cumandá Vaca

DIRECTOR DEL CENTRO DE

DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL



FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.



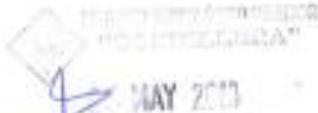
INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR CORDILLERA

DESARROLLO DEL TALENTO INFANTIL

ORDEN DE EMPASTADO

Una vez verificado el cumplimiento de los requisitos establecidos para el proceso de Titulación, se **AUTORIZA** realizar el empastado del trabajo de titulación, del alumno(a) **LANDÁZURI ANALUISA VIVIANA NATHALY**, portador de la cédula de identidad N.º 172749923-6, previa validación por parte de los departamentos facultados.

Quito, 25 de abril del 2018



Sra. Mariela Balseca
CAJA VENTAS Y FINANCIAMIENTO



MSc. Adriana Cuasota
DELEGADO DE LA UNIDAD DE TITULACIÓN



Ing. William Parra
BIBLIOTECA

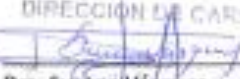


09 MAY 2018
9.44 PM
COORDINACIÓN PRÁCTICAS

Ing. Samira Villalba
PRÁCTICAS PREPROFESIONALES



DIRECCIÓN DE CARRERA



Dra. Susana Vázquez
DIRECTOR DE CARRERA



09 MAY 2018
Ing. Grace Sarango
SECRETARÍA ACADÉMICA

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.



Urkund Analysis Result

Analysed Document: PROYECTO-URKUND-enviar.pdf (D37073760)
Submitted: 3/29/2018 2:55:00 PM
Submitted By: vivipanaluisa@gmail.com
Significance: 2 %

Sources included in the report:

<http://www.monografias.com/trabajos101/mi-higiene-personal/mi-higiene-personal.shtml>
http://www.ugr.es/~sej03266/actividad/red_medicamentos/repositorio/I_symposium_internacional_regimen_juridico_del_medimento_2010/Celine_Compromiso_frances.pdf
<http://repositorio.unemi.edu.ec/bitstream/123456789/1947/1/Los%20h%C3%A1bitos%20de%20higiene%20en%20el%20estudiante%20y%20su%20desarrollo%20mediante%20la%20aplicacion%20de%20instructivo..pdf>
<http://waece.org/enciclopediasonline/enc2/2.php>
<http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/3505>
<http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/137232/Implementacion-del-programa-elige-vivir-sano-en-el-Ministerio-de-Salud.pdf?sequence=1>
<http://concepto.de/salud-segun-la-oms/#ixzz52QVy54Xq>

Instances where selected sources appear:

15

FOMENTAR HÁBITOS DE HIGIENE Y SALUD POTENCIANDO EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE EDAD. GUÍA INFORMATIVA DIRIGIDA A PADRES Y MADRES DE FAMILIA DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL FUNCIÓN JUDICIAL UBICADO EN EL DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO DURANTE EL AÑO 2018.