



LAVARSE LAS MANOS HÁBITO DE HIGIENE INDISPENSABLE



Lavarse las manos es un hábito de higiene indispensable, tanto para los niños como para los adultos.

Es un simple gesto que ayuda a prevenir la transmisión de infecciones y enfermedades, por lo tanto, además de ser un buen hábito de higiene es importante para la salud de los pequeños.

En esta oportunidad les enseñaremos con juegos a visualizar la importancia del lavado de manos y la utilización de jabón.



PRUEBA DE CONTACTO

Materiales necesarios:

- Harina
- Jabón
- Agua

La experiencia

Poner un poco de harina en las manos de algunos alumnos. Luego, pedirles que den la mano a los otros alumnos, quienes luego deben de darle la mano a otros, y así sucesivamente. Después de que todos hayan dado la mano al menos a otras dos personas, preguntar a los alumnos si tienen harina en ellas. Discutir sobre cómo estrechar las manos puede propagar gérmenes y hacer una lluvia de ideas para evitar los gérmenes y su propagación.

Repetir la actividad, solo que esta vez haz que los alumnos cuyas manos tengan harina se laven las manos antes de darle la mano a otros alumnos. ¿Tu clase nota una diferencia?

La explicación

A la harina podemos verla a simple vista y es una excelente manera de imaginarnos cómo sucede algo similar con los gérmenes y bacterias, microorganismos que solo pueden verse con aparatos complejos como el microscopio. Estos pequeños bichitos están en todos lados, algunos son indefensos y pero otros pueden causar enfermedades peligrosas. Por eso, una de las mejores formas de prevenir es lavarse regularmente las manos.

¿CUÁNTAS VECES NOS LAVAMOS REALMENTE LAS MANOS?

Materiales necesarios

- Hoja
- Fibrones
- Regla

La experiencia

Podemos armar un gráfico en el que los chicos puedan llevar un registro en el que anotemos cada vez que nos lavamos las manos.

Es importante que tenga espacios para cada día, durante un determinado período (semana, quincena, mes, etc). Puede ser individual, en cada cuaderno, o grupal en formato de afiche para el aula.

Al cabo de un determinado período, analizar cuántas veces nos lavamos las manos y si son las suficientes. Los alumnos también podrían hacer el registro en sus hogares, involucrando a todo el grupo familiar.

La explicación

De acuerdo a las recomendaciones de los organismos internacionales de salud, hay que lavarse las manos antes de cada ingestión de alimentos, y especialmente luego de algunas actividades que pueden generar suciedad (como ir al baño, tocar animales o estar en lugares públicos).