



Revista Electrónica EduSol, ISSN: 1729-9091. 2012. Volumen 10, No. 33, oct.-dic., pp. 1-10.

Universidad de Ciencias Pedagógicas “Raúl Gómez García”, Guantánamo, Cuba

**En busca de una orientación oportuna a la familia en la formación de hábitos  
higiénicos culturales en los niños de 2 a 3 años**

**Lic. Niovis Loren Martínez, Profesora Auxiliar**

e-mail:[niovis@ucp.gu.rimed.cu](mailto:niovis@ucp.gu.rimed.cu)

Institución: Universidad de Ciencias Pedagógicas “Raúl Gómez García”

Provincia: Guantánamo

País: Cuba

**Lic. Yaima Fonseca Marrero, Asistente**

e-mail:[yaimaf@ucp.gu.rimed.cu](mailto:yaimaf@ucp.gu.rimed.cu)

Institución: Universidad de Ciencias Pedagógicas “Raúl Gómez García”

Provincia: Guantánamo

País: Cuba

Fecha de recibido: abril de 2010

Fecha de aprobado: junio de 2010

## **RESUMEN**

El problema de la orientación a la familia ha sido y será acción necesaria para el logro de una preparación que garantice el éxito de las actuales y futuras generaciones. El estudio realizado demuestra las insuficiencias y potencialidades que se presentan durante este proceso; para ello fue necesario abordar algunas acciones que permitan la orientación a la familia para la formación de hábitos higiénicos culturales en los niños de 2 a 3 años, como vía para la realización de un

trabajo preventivo desde etapas tempranas y teniendo en cuenta los logros importantes que se dan en esta etapa de la vida.

**Palabras Clave:** Educación Familiar, Formación de Hábitos

### Looking for timely guidance to the family in the cultural formation of hygienic habits in children from 2 to 3 years

#### ABSTRACT

The problem of the orientation to the family has been and it will be necessary action for the achievement of a preparation that guarantees the success of the current and future generations. The carried out study demonstrates the inadequacies and potentialities that are presented during this process; for it was necessary to approach some actions that they allow the orientation to the family for the formation of cultural hygienic habits in the children of 2 to 3 years, as via for the realization of a preventive work from early stages and keeping in mind the important achievements that are given in this stage of the life.

**Keywords:** Family Education, Habits Formation

---

#### INTRODUCCIÓN

La Educación Preescolar inmersa en las transformaciones que se llevan a cabo en el Ministerio de Educación, fundamenta la necesidad de la atención de los niños de 0 – 6 años pues en ella se estructuran las bases fundamentales de su desarrollo. Ello es posible si se logra la oportuna orientación a la familia mediante el empleo de diferentes vías que garanticen su preparación para el desempeño de su función educativa.

La Constitución de la República de Cuba establece la responsabilidad que tiene la familia en la protección y crianza de los hijos, el papel que le corresponde en la educación de las nuevas generaciones. De igual modo, La Convención de los Derechos del niño, firmada en el año 1991; expresa el derecho que tienen los niños de recibir una educación de calidad. Como dijera el apóstol, todo niño al venir al mundo tiene el derecho a que se le eduque y luego en pago, contribuir a la educación de los demás. Este pensamiento del poeta, escritor y pedagogo cubano,

prócer de la independencia de Cuba, José Martí, expresa la igualdad de acceso que deben tener todos los niños al nacer, al conocimiento y a la cultura, no sólo del entorno inmediato donde vive y se desarrolla sino al conocimiento y cultura universal, así como, a crecer y a formarse como ciudadanos útiles de su país y del mundo.

Esto permite afirmar que la familia funciona como la primera escuela del niño y que sus padres, asumen el rol de sus primeros maestros, al ser portadores de las primeras experiencias educativas de sus hijos y mediatizar sus relaciones con el entorno social y con el legado histórico cultural de la humanidad.

Para el cumplimiento de esta importante función la familia debe estar preparada también para formar en los niños aquellos hábitos higiénicos que garantizan su salud y bienestar, cuestión que no siempre se logra por el insuficiente aprovechamiento de las diferentes vías de orientación a la misma, desde la actividad conjunta.

De ello se deriva como objetivo: ofrecer acciones orientadoras a la familia para la formación de hábitos higiénicos - culturales en los niños de 2 a 3 años.

## **DESARROLLO**

En el seno del sistema familiar el ser humano tiene la primera y más perdurable determinación social de su personalidad. En la infancia temprana el medio familiar proporciona las condiciones de estimulación afectiva y de socialización necesarias para la formación ulterior de la personalidad, tarea que más adelante compartirán los padres con los maestros.

La educación hogareña, aunque en ocasiones no está conscientemente dirigida, constituye el eslabón inicial de la formación que la sociedad proporciona al individuo. Los valores morales que los padres poseen, debido a su educación y sus relaciones sociales, se reproducen en la vida familiar.

Dentro de la educación moral se le asigna un importante papel a la formación de hábitos higiénicos – culturales:

En la pedagogía preescolar se destacan tres grupos de hábitos higiénicos – culturales:

1. Hábitos de mesa (tomar con cuidado y masticar bien el alimento, usar la cuchara, el tenedor, la servilleta, etcétera).
2. Hábitos de higiene personal (baño, peinado, etcétera).

3. Hábitos para la observación del orden en el salón, el uso de la ropa y el cuidado de la misma (vestirse y desvestirse con rapidez, mantener las cosas ordenadas y limpias, etcétera).

En este sentido, la formación de hábitos higiénicos culturales, se insertan en los llamados procesos satisfacción de necesidades básicas; que según López Hurtado, J. (2006), son aquellas formas organizativas dirigidas, por una parte a garantizar la cumplimentación de los requerimientos fisiológicos de la actividad del organismo (sueño, alimentación, aseo e higiene, entre otros) y por la otra, a coadyuvar la organización racional de la vida del niño.

La base fisiológica de un proceso consiste en la formación de estereotipos dinámicos en la corteza cerebral, que no es nada más que un set de respuestas que se producen ante una serie de estímulos que se presentan siempre en una determinada relación, y que constituyen el fundamento cortical de la formación de hábitos. Al realizar los procesos de satisfacción de necesidades básicas se deben tener en cuenta tres momentos fundamentales: su preparación, realización y terminación.

En la **preparación** se crean las condiciones en el lugar que se va a realizar el proceso y se garantizan los materiales necesarios para evitar la pérdida de tiempo, y se organizan previamente los niños de modo que se eviten esperas innecesarias.

La **realización** implica el desarrollo principal del proceso, su desenvolvimiento eficaz depende del conocimiento de su trabajo y de la aplicación de técnicas apropiadas por parte de la familia.

En la realización es básico incorporar de forma paulatina e individual al niño y garantizar que una vez terminado el proceso dado, pasen de igual forma al siguiente proceso o actividad.

La **terminación** abarca la culminación del proceso con el niño, y la reorganización del local en que se ha efectuado para no interferir con las actividades siguientes.

En este sentido la familia debe tener en cuenta determinados procedimientos organizativos para la realización de los procesos:

### **El baño**

El baño tiene como objetivo el cumplimiento de funciones higiénicas, creadora de hábitos y de relaciones afectivas.

#### Función higiénica:

El baño diario mantiene la piel limpia, es difícil que se introduzcan parásitos o se produzcan infecciones cutáneas, y a la vez permite que los poros verifiquen las distintas funciones a ellos enmendadas, como la eliminación de toxinas, y otras.

#### Función creadora de hábitos de higiene:

Si el baño se efectúa diariamente se logra que este llegue a convertirse en una necesidad para el niño; si se realiza de forma placentera y agradable, éste lo esperará gustoso.

El baño es un medio excelente para sentar las bases de los hábitos, ya que durante la realización del mismo poco a poco se le va dando al niño la oportunidad de que se bañe solo y cada día se independice más del adulto.

#### **Preparación del baño**

Para organizar el proceso del baño la familia colocará convenientemente y al alcance de su mano: el jabón, una toalla y la ropa del niño. En esto se tendrán en cuenta las prendas de vestir exteriores e interiores incluyendo las medias.

#### **Realización del proceso**

El baño se realiza aplicando la siguiente técnica: se comenzará por lavar la cabeza, enjuagándola inmediatamente y lavándole la cara con agua sola, utilizando la palma de la mano; se procederá a secar ambas, enjabonando luego el resto del cuerpo en el orden siguiente: orejas, cuello, torso, brazos, piernas, pies y por último, los órganos genitales. Se enjuagará el cuerpo con abundante agua, sobre todo las partes que forman pliegues.

Para secarlo, se utilizará la toalla, colocando al niño de pie sobre un banco o meseta y vistiéndolo inmediatamente. Antes de salir del baño la familia podrá peinarlo o pedirle que lo haga, utilizando su peine individual.

Durante la realización del proceso la familia conversará con el niño de las acciones que está realizando, de cómo se siente el agua y de la satisfacción que se siente al realizar esta actividad.

#### **Terminación del proceso**

Una vez terminado el baño del niño, se le pide la realización de otra actividad.

#### **El aseo**

Se realiza para ir a comer, o en sustitución del baño cuando las condiciones así lo requieran.

**Preparación:** similar al baño, pero referido básicamente a las manos, y rostro, si es necesario.

**Realización:** consecutivo y paulatino.

Cuando se realiza después de la alimentación consistirá en lavado de manos y cara con agua y jabón.

### **La higiene bucal:**

#### **El cepillado de dientes**

Este proceso se hará con o sin pasta dental y la familia debe enseñarle al niño la forma correcta de hacerlo.

Es necesario posibilitar al niño que reconozcan su cepillo y toalla, por lo que deben estar a su alcance o situados en su lugar correspondiente. El cepillado se realiza en la mañana, después de almuerzo y la comida.

El cepillo y el peine deben situarse en un lugar donde los niños puedan alcanzarlo, para que se vayan habituando a hacerlo solo, diariamente y en los diferentes horarios. Es necesario que la familia esté atenta y que al culminar el cepillado, el niño se encuentre bajo su control visual.

### **La alimentación**

La alimentación del niño tiene como objetivos: satisfacer las necesidades fisiológicas de alimentación que tiene el organismo; asegurar una actitud positiva hacia este proceso, así como la formación de hábitos higiénico – culturales y nutricionales en los niños.

Las horas de comida deben resultar agradables para el niño, en las que se deben aprovechar para inculcar hábitos culturales, para lograr esto es necesario:

Que se realice en un ambiente confortable e higiénico.

Que el niño no tenga que soportar largas esperas, para que no se impaciente ni se incomode.

Que la alimentación se realice dentro del horario establecido.

Enseñar a los niños a no mezclar los alimentos.

Enseñarlos a dar las gracias cuando se les ofrecen los alimentos.

Enseñarlos a usar la cuchara para comer solo.

Enseñarlos a masticar despacio y con la boca cerrada.

### **Preparación del proceso**

El lugar donde comerán, debe estar limpio y organizado.

Se prepararán servilleta de tela o de papel para enseñar a los niños a limpiarse oportunamente la boca.

### **Realización del proceso**

Los procedimientos para dar la comida a los niños, varía de acuerdo con las características de desarrollo de los mismos.

Cuando se alimenta al niño es necesario que se le deje comer solo, fundamentalmente los alimentos sólidos, pero la familia siempre estará atenta para brindar la ayuda que pueda necesitar, se le insistirá en la correcta formación de hábitos de mesa y alimentación.

### **Terminación del proceso**

Al finalizar el proceso es necesario que los niños observen la recogida de los utensilios, la familia puede invitarlos a ayudar, siempre que las acciones a realizar no ofrezcan peligros para la salud del niño.

### **La siesta**

El sueño es una de las necesidades básicas de los seres humanos y su objetivo es recobrar las energías perdidas durante la vigilia.

En el niño la satisfacción de la necesidad de sueño es uno de los factores fundamentales para favorecer su desarrollo, por lo que tiene gran importancia la realización correcta de este proceso.

### **Requerimientos para la realización de la siesta:**

Que se realice en un lugar ventilado.

Que no existan conversaciones o ruidos innecesarios.

Que las relaciones afectivas entre niños y la familia sean positivas.

Que se utilice ropa holgada y cómoda para dormir.

Que si hace frío se arroje al niño.

Que se establezcan horarios apropiados para el sueño. El niño necesita dormir después de las 8 de la noche.

### **Preparación del proceso**

Después de preparar la cama, con sábanas limpias, se procede a invitar al niño a dormir.

### **Realización del proceso**

Al terminar el aseo del niño la familia lo llevará hasta su cama, orientándole que se quite los zapatos.

En el caso de que el niño se despierte por cualquier motivo la familia lo atenderá hablándole en un tono de voz bajo y suave, tratando de que vuelva a conciliar el sueño. Si esto no fuera posible y el niño se mantiene despierto, no se le obligará a permanecer en su cama.

Si la siesta transcurre tranquilamente y el despertar se produce sin alteraciones, se garantiza que el niño permanezca alegre durante el resto del día.

### **Par la formación exitosa de los hábitos higiénicos culturales es necesario que la familia tenga en cuenta:**

1. Prever la organización de todo el ambiente en el hogar.

Este debe ser atractivo y cómodo para el cumplimiento de la tarea (el mobiliario y el equipamiento se adaptan a la estatura del niño, cada cosa se guarda en un lugar determinado, accesible para el uso, etc.).

2. Dividir las acciones vinculadas con la formación de hábitos higiénicos-culturales en las operaciones que siguen un orden determinado. Esto contribuye a la formación más rápida de sólidos estereotipos dinámicos.

3. Al educar el orden de las acciones, destacar la preparación para una acción, la cultura del propio proceso (claridad en cuanto al objeto y eficiencia de los movimientos), los hábitos para el arreglo del puesto de trabajo después de terminar las acciones, y la habilidad para planificar la sucesión de las acciones.

4. En la primera etapa repetir varias veces un nuevo hábito sin intervalos grandes.

Con este objetivo es necesario ejercitar a los niños en determinadas acciones, llamándoles la atención sobre el modo y orden de ejecución. En este caso, para variar, es necesario utilizar diferentes formas, pero el carácter de la acción debe ser invariable.

5. Enseñar a los niños a realizar unas u otras operaciones. Logrando que conscienticen paulatinamente su importancia y el carácter racional del modo de cumplirlas. En este caso la automatización del hábito no se vinculará solamente con la situación habitual, sino con la formación de necesidades culturales, de costumbres que conservan su validez en cualquier condición y situación.
6. Que el adulto cumpla irreprochablemente todas las exigencias higiénicas y culturales que se plantean a los niños, y recordar que los niños imitan en todo a los mayores.
7. Individualizar el trabajo con cada niño, teniendo en cuenta el nivel de sus hábitos higiénicos-culturales y las condiciones de la educación en el hogar.

## **CONCLUSIONES**

La formación de hábitos higiénicos culturales en el seno del hogar debe estar conscientemente orientada por la familia y sistematizar las acciones a desarrollar con el niño, para el logro de lo que se persigue con ellos. Es necesario el desarrollo de habilidades básicas que garantizan la adquisición de las acciones, que posteriormente se convertirán en los hábitos, mediante el ejemplo que muestre el adulto que rodea al niño.

## **BIBLIOGRAFÍA**

1. Arés Muzio, Patricia. Familia y convivencia. La Habana, Científico Técnico. 2004.
2. \_\_\_\_\_. Mi familia es así. La Habana, Pueblo y Educación, 2002.
3. Ministerio de Educación. Compendio de Pedagogía. La Habana, Pueblo y Educación. 2002.
4. \_\_\_\_\_. Entorno al Programa de Educación Preescolar. La Habana, Pueblo y Educación. 1995.
5. Estudio sobre las particularidades del desarrollo del niño preescolar cubano. [por] Ana María Siverio [et al] La Habana, Pueblo y Educación. 1995.
6. Legaspi de Arismendi, A. Pedagogía Preescolar. La Habana, Pueblo y Educación. 1999.
7. Pedagogía '90. La educación familiar en Cuba: experiencias y posibilidades. [por] Julián Rodríguez [et al]. La Habana, Palacio de las Convenciones, 1990.

8. Moreno Álvarez, Leticia. Cuba, función educativa de la familia. *Sexología y Sociedad*. (La Habana). Año 2, No. 5: 18-20, Ag. 1996.
9. Atención clínico educativa en la edad preescolar. [por] Franklin Martínez Mendoza [et al] La Habana. Ed. Pueblo y Educación, 2002.
10. Bozhovich, L. La personalidad y su formación en la edad infantil. La Habana, Pueblo y Educación, 1976.