

**ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS PARA
LA PROMOCIÓN DEL LAVADO DE MANOS.**

**"MANOS LIMPIAS PARA
UNA VIDA SALUDABLE"**



**ENSEÑANZA DEL LAVADO DE MANOS
PARA NIÑOS DE 3 A 11 AÑOS.**

Rector: Miguel Ángel Henríquez López.

Secretaría General: Viviana Henríquez López.

Vicerrectora académica: Patricia de Moya Carazo.

Directora de investigación: Judith Herrera Hernández.

Directora de Proyección Social: Dayra Inés Sánchez Pineda.

Directora Programa Instrumentación Quirúrgica: Ruby Muñoz Baldiris.

Decano Facultad de Ciencias de la Salud: Juan Carlos Lozano Pineda.

“Manos Limpias Para Una Vida Saludable”

Pares Evaluadores:

Yolanda Pereira Lentino, Docente universitaria, Magister en Educación.

Lucila Silva Polo, Licenciada en Educación Preescolar.

María Segura Medrano, Licenciada en Educación infantil, Especialista en Gestión educativa.

Duleybis Torres Padilla, Enfermera, Especialista en Gestión de la calidad y auditoria en salud.

Erika Patricia Martínez Puello, Licenciada en Educación infantil, Magister en Educación.

Eugenia Mier Acevedo, Psicóloga, Magister en Desarrollo y cultura.

Claudia Paternina Hernández, Instrumentadora Quirúrgica, Especialista en Epidemiología.

Padres de familia

Maribeth torres Amaya.

Lina marcela Mercado Torres.

INVESTIGADORES:

Martha Patricia Rodríguez Gómez.
Verónica Del Carmen Castro Bocanegra.

CO-INVESTIGADORES:

Rosa Iris Cuello Rivera.
Andres Felipe Mejía Burgos.
Ana María Orozco Arenas.
Daniela Rendón Gutiérrez.

Personal de apoyo:

Yoi Bobadilla Galvis.
JOUSKA.
jouskacolom@gmail.com

Corporación Universitaria Rafael Núñez
Programa de Instrumentación Quirúrgica
2023.



614.480

R696 Rodríguez Gómez, Martha Patricia

Estrategias didácticas para la promoción del lavado de manos.
Manos limpias para una vida saludable: enseñanza del lavado de
Manos para niños de 3 a 11 años / Martha Patricia Rodríguez Gómez;
Verónica del Carmen Castro Bocanegra; Rosa Iris Cuello Rivera; Andrés
Felipe Mejía Burgos; Ana María Orozco Arenas; Daniela Rendón Gutiérrez.
Cartagena de Indias: Ediciones Uninúñez; Corporación universitaria Rafael
Núñez, 2023

30 páginas, ilustradas a color

ISBN: 978-958-56780-7-1

1. Lavado de manos – métodos I. Castro Bocanegra, Verónica del Carmen
II. Cuello Rivera, Rosa Iris. III. Mejía Burgos Andrés Felipe IV. Orozco Arenas,
Ana María. V. Rendón Gutiérrez, Daniela VI. Tít





Usted es libre de:

Compartir — copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato

Adaptar — remezclar, transformar y construir a partir del material para cualquier propósito, incluso comercialmente.

La licenciante no puede revocar estas libertades en tanto usted siga los términos de la licencia

Bajo los siguientes términos:

Atribución — Usted debe dar crédito de manera adecuada, brindar un enlace a la licencia, e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo en cualquier forma razonable, pero no de forma tal que sugiera que usted o su uso tienen el apoyo de la licenciante.

No hay restricciones adicionales — No puede aplicar términos legales ni medidas tecnológicas que restrinjan legalmente a otras a hacer cualquier uso permitido por la licencia.

Corporación Universitaria Rafael Núñez
Ediciones Uninúñez
Centro Calle de la Soledad No. 5-70
Cartagena de Indias, Colombia

ISBN: 978-958-56780-7-1

Edición: 2023

Depósito legal ante la Biblioteca Nacional de Colombia



TABLA DE CONTENIDO

01 MÓDULO

APRENDAMOS SOBRE EL LAVADO DE MANOS.

- Historia del lavado de manos.
- Concepto del lavado de manos.
- Elementos necesarios para el lavado de manos.
- Momentos críticos del día en el cual se deben lavar las manos.
- Importancia del lavado de manos.
- Prácticas erróneas al lavarse las manos.

02 MÓDULO

LÁVATE LAS MANOS USANDO LA TÉCNICA CORRECTA.

- Técnica del lavado de manos.

03 MÓDULO

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS PARA LA PROMOCIÓN DEL LAVADO DE MANOS.

- El juego como recurso educativo.
- Estrategias dirigidas a niños de 3 a 5 años:
 - ° Actividad #1: Manos limpias al teatrino.
 - ° Actividad #2: Fuera bacterias, choca esos 5.
- Estrategias dirigidas a niños de 6 a 8 años:
 - ° Actividad #1: Mi mano favorita.
 - ° Actividad #2: Súbete al tren de la salud.
- Estrategias dirigidas a niños de 9 a 11 años:
 - ° Actividad #1: Lávate las manos con ritmo y Mister Jabón.
 - ° Actividad #2: La magia de las imágenes.



PRESENTACIÓN DEL RECURSO

La presente cartilla ha sido diseñada desde el programa de Instrumentación Quirúrgica de la Corporación Universitaria Rafael Núñez, con el objetivo principal de contar con un recurso útil para la enseñanza y aprendizaje de la técnica de lavado de manos social en la población infantil en un rango de edad de 3 a 11 años; considerando que los niños son una de las poblaciones más vulnerables a enfermedades respiratorias y diarreicas agudas por estar en contacto constante con pisos, alimentos, mascotas, juguetes, etc. Además, de brindarle una herramienta a docentes de la primera infancia, padres y cuidadores a que los motiven y ayuden a promover la higiene de manos (1).

Por ello, la información planteada se encuentra de forma clara y precisa describiendo actividades dinámicas y didácticas por grupos etarios, especificando su objetivo, recursos y aplicación.

Este material educativo y su impacto positivo contribuye a los esfuerzos implementados por los entes gubernamentales en salud y al cumplimiento de metas de disminuir los índices de morbimortalidad por Infecciones Respiratorias Agudas (IRA) y Enfermedades Diarreicas Agudas (EDA) en las diferentes regiones del país y a nivel mundial. Se resalta que la promoción del lavado de manos se direcciona desde la Organización Mundial de la Salud (OMS) y es considerada una de las medidas más efectivas para evitar la propagación de gérmenes, también para prevenir el contagio por COVID-19 (2, 3). Se contribuye con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) en el Objetivo N° 3 “Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos y todas en todas las edades (4).

En Colombia, en el Plan Decenal de Salud Pública 2022/2031 señala que las intervenciones en los entornos familiares y escolares son claves para prevenir enfermedades transmisibles como la IRA, EDA y otras enfermedades transmitidas por vectores (5). Así mismo, en la Resolución 0350 de 2022, el país “adopta el protocolo general de bioseguridad para el desarrollo de las actividades económicas, sociales, culturales y del Estado”, en el cual se señala la importancia del lavado e higiene de las manos durante 20 a 30 segundos y estipula los momentos en los cuales se debe realizar (6).



CONTEXTUALIZACIÓN DEL RECURSO

Esta cartilla titulada: Estrategias didácticas para la promoción del lavado de manos: “Manos limpias para una vida saludable. Enseñanza para el lavado de manos en niños de 3 a 11 años”, va dirigida a padres, cuidadores, docentes, líderes comunitarios que comparten con niños menores de 11 años y a quienes se les enseña el lavado de manos como una técnica sencilla, fácil y económica para prevenir enfermedades transmisibles.

La información está organizada por módulos según el grupo etario al cual se le dirige la enseñanza, convirtiéndose en un recurso útil no sólo para la comunidad en general sino también para la academia universitaria quienes, desde las acciones desarrolladas en el marco de la Responsabilidad Social Universitaria, ejecutan actividades de promoción y mantenimiento de la Salud.

RECOMENDACIONES PARA EL USUARIO

Este es un recurso útil para padres, cuidadores, docentes, líderes comunitarios y comunidad en general para la enseñanza de forma dinámica y didáctica del lavado e higiene de las manos. Se describen paso a paso cada una de las estrategias y los recursos disponibles para su libre utilización. Si no cuenta con algún material descrito, siéntase en libertad de reemplazarlo con el que tenga disponible pero que cumpla la misma función.



GLOSARIO

AGENTES TENSIOACTIVOS: Sustancias que modifican la tensión superficial del agua, como jabones, detergentes, emulsionantes, entre otros.

BACTERIAS: Organismos unicelulares que causan sustancias químicas potentes (toxinas) que dañan las células y enferman.

EDA: Enfermedad Diarreica Aguda.

GERMENES: Hace referencia a las bacterias, virus, hongos y protozoos microscópicos que pueden causar enfermedades.

HIGIENE: Limpieza realizada para conservar la salud o prevenir enfermedades.

IRA: Infección Respiratoria Aguda.

MOMENTOS CRITICOS: Son los momentos en los que se realizan actividades específicas en los que se contraen muchos gérmenes.

ODS: Objetivos de Desarrollo Sostenible.

OMS: Organización Mundial de la Salud.

VIRUS: Microorganismo que causa diversas enfermedades, introduciéndose en una célula y reproduciéndose en ella.



MÓDULO N°1: APRENDAMOS SOBRE EL LAVADO DE MANOS.

Historia del lavado de manos.

Por generaciones el lavado de manos con agua y jabón ha sido considerado como parte de la higiene personal. Uno de los primeros en reconocer la importancia del lavado de las manos para mantener una buena salud fue un médico judío, llamado Musaiba Maimum. En 1199, quien dio esta lección a sus aprendices de medicina: "Nunca olvide lavar sus manos después de tocar a una persona enferma". A partir de ahí surgió la curiosidad de estos jóvenes médicos y diversos científicos acerca del lavado de manos y lo que esto conlleva, pero no fue sino hasta el siglo XIX que surgió el concepto de higiene (7).

Así mismo, Ignaz Philipp Semmelweis quien era un médico húngaro, de origen alemán, fue un personaje muy importante que hoy es reconocido como el creador de los procedimientos antisépticos, y también es conocido mundialmente como "el salvador de las madres" al demostrar que desinfectarse las manos antes de tratar a las parturientas evitaba muchas muertes (8).

Existieron otros personajes que también se destacaron en esta historia, debido a sus aportes sobre la importancia que tiene el lavado de manos. (Ver gráfico N°1. Infografía de la Historia del lavado de manos).

Por otra parte, debido a la importancia del lavado de manos, Global Handwashing Partnership fundó el Día Mundial del Lavado de Manos, el cual es una oportunidad para diseñar, probar y replicar formas creativas de alentar a las personas a lavarse las manos con jabón en los momentos críticos. El primer Día Mundial del Lavado de Manos se celebró el 15 de octubre de 2008, cuando más de 120 millones de niños de todo el mundo se lavaron las manos con jabón en más de 70 países. Desde ese entonces, cada 15 de octubre se celebra esta práctica donde millones de personas muestran la gran importancia y el valor de lavarse las manos y aún más durante y después de la pandemia del COVID-19 (9).

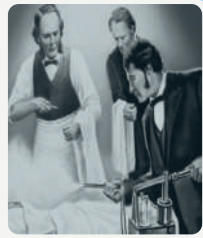


HISTORIA DEL LAVADO DE MANOS

1822 - 1825

Farmacéutico Francés.

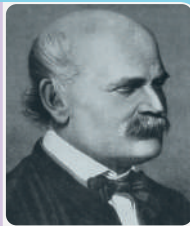
Demostó que las soluciones cloradas erradicaban la totalidad de los olores asociados con los cadáveres humanos. Afirmó que los doctores que atendían pacientes con enfermedades se beneficiarían si se humedecían las manos con una solución clorurada.



1846

Ignaz Phillip.

Postuló que la fiebre puerperal era causada por "partículas cadavéricas" o "miasmas" transmitidas desde la sala de autopsias al pabellón de obstetricia a través de las manos de los estudiantes y doctores.



1878

LUIS PASTEUR.

Presentó un informe: teoría de los gérmenes y su aplicación en la medicina y la cirugía.



2009

Se lanzó la guía global sobre la higiene de manos en la atención de la salud.

Se implementó la guía en hospitales y lugares de atención donde el enfoque fue los cinco momentos de la higiene de manos.



1199



Musaiba Maimum.

Uno de los primeros en reconocer la importancia del lavado y el aseo de las manos para conservar una buena salud, ha sido un médico judío, cuyo nombre era Musaiba Maimum, mejor conocido como Maimónides. En 1199 otorgó esta lección: "Jamás olvide lavar sus manos luego de tocar a una persona enferma".

1843



Oliver Wendell.

Concluyó que la fiebre del puerperio era extendida por las manos del personal sanitario.

1847



Semmelweis.

Exigió a los doctores y alumnos que se lavaran las manos con una solución de cloruros entre paciente y paciente en la clínica.

Joseph Lister.

Introdujo en la práctica médica la eliminación de la microbiota transitoria de la piel por medio del uso de agentes antisépticos (Gel antibacterial).

1961 - 1996

1961

Película con las recomendaciones y técnicas para el lavado de manos.

1975/1985

Fueron publicadas las guías de CDC sobre prácticas del lavado de manos.



1888/1995

La APIC publicó la guía para el lavado de manos y la asepsia.

1995/1996

la HIPAC recomendó que se usara agente antiséptico sin agua para lavarse las manos al salir de las habitaciones de pacientes con cepas patógenas multirresistentes.

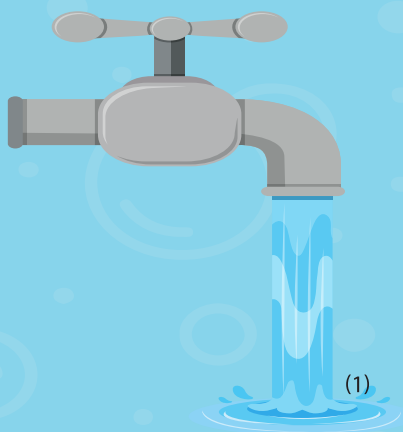
SE ESTABLECE EL DÍA MUNDIAL DEL LAVADO DE MANOS CADA 15 DE OCTUBRE.

Concepto de Lavado de manos:

Se define como un frote breve y enérgico de todas las superficies de las manos, haciendo fricción con agua y jabón o con un preparado de base alcohólica. Con el objetivo de remover la suciedad y reducir o inhibir el crecimiento de microorganismos en las manos seguido de enjuague al chorro de agua. Debe realizarse de 20 – 30 segundos (10, 11).

Elementos necesarios para el lavado de manos.

Se deben tener tres elementos fundamentales para un buen lavado de manos, como lo son: el agua, el jabón y una toalla, ya que estos ayudan a remover suciedad y los microorganismos de las manos, en caso de no tener jabón y agua corriente, la mejor opción es usar una solución antiséptica para manos que contenga al menos un 60 % de alcohol, al utilizar este método, es importante lavarse las manos cuando consigas acceso a instalaciones de lavado de manos (10).



Momentos críticos del día en el cual se deben lavar las manos (12, 13).

Existen momentos claves que requieren de una limpieza de manos que no se deben olvidar:

1. Después de tocar la mascota: Se debe realizar un buen lavado de manos inmediatamente después de tocar una mascota, la cama o cualquier objeto que podría estar contaminado con los gérmenes de estos.



2. Después de ir al baño: Se debe lavar las manos con agua y jabón, debido a que en este lugar se albergan muchos microorganismos.



3. Antes de comer: Se debe lavar las manos para evitar enfermarse por las bacterias o gérmenes que se acumulan en ellas, pues las manos tocan todo y por supuesto, tocan lo que se va a consumir.



5. Después de jugar con los amigos o juguetes:

Es importante que los niños después de tocar superficies contaminadas como suelos, paredes, juguetes y tierra se laven las manos.



7. Antes de tocarse el rostro (ojos, nariz y boca): En las manos existe un foco de contaminación al estar en contacto con superficies la mayor parte del tiempo, adquiriendo gérmenes que pueden ingresar a través del rostro.



9. Después de sonarse la nariz: En las secreciones nasales se alojan muchos microorganismos, y al tocar las superficies con las manos contaminadas se puede propagar el virus.



4. Después de comer: Al finalizar cada comida se deben lavar las manos y también realizar una buena higiene bucal.



6. Después de realizar actividades lúdicas con temperas, pinturas o acuarelas: Ya que estos contienen químicos que pueden ser tóxicos para los niños.



8. Después de salir de lugares públicos como centros comerciales o parques: En estos lugares se encuentran superficies altamente contaminadas debido al contacto de las diferentes personas en el transcurso del día.



10. Después de manipular el tapabocas: En el ambiente existe mucha contaminación que se adhiere al tapabocas y al momento de manipularlo se ensucian las manos y se pueden transmitir.



Importancia del lavado de manos.

- Mantener las manos limpias es una de las medidas más importantes que se debe tomar para evitar enfermarse y transmitir los gérmenes a otras personas. Muchas enfermedades y infecciones se propagan por no lavarse las manos con agua corriente limpia y jabón (14).
- Con la llegada de la pandemia por Covid-19, el lavado de manos comenzó a cobrar mayor importancia. Sin embargo, no son nuevas las ventajas que tiene para la salud (15).
- El lavado de manos social, usando agua para consumo humano y jabón, previene los dos síndromes clínicos que causan el mayor número de muertes infantiles a nivel mundial, es decir, la diarrea y las infecciones respiratorias agudas bajas (15).
- Según la OMS, 1 de cada 5 infecciones respiratorias y 1 de cada 3 enfermedades diarreicas se pueden prevenir con un correcto lavado de manos. Además, es una medida efectiva y económica que puede salvar muchas vidas (15).
- Estudios realizados en la población infantil concluyen que entre los 4 a 12 años es la mejor edad para adquirir conocimientos relacionados con la higiene corporal y convertirlos en hábitos; siendo importante la función que desarrolla el componente escolar y familiar, en la educación de los niños (16).

Prácticas erróneas al lavarse las manos (15).

- Mezclar el uso de agua y jabón con gel desinfectante. Si previamente se lavó las manos, no es necesario utilizar gel
- Aplicar jabón sin humedecerse las manos. Esto puede maltratar la piel.
- Aplicar el lavado de manos en tiempos y técnicas incorrectas. Recordar: 11 pasos y su duración 20-30 segundos.
- Secarse las manos con una toalla sucia o en la ropa, ya que de esta forma se están ensuciando nuevamente las manos.
- Cerrar la llave del grifo sin proteger la mano con una toalla desechable limpia, ya que el grifo está sucio y de esta forma se está volviendo a ensuciar las manos.

Así mismo, usar jabón para lavarse las manos es más eficaz que usar sólo el agua, ya que los agentes tensio activos que tiene el jabón levantan la suciedad de la piel. La espuma del jabón retiene la suciedad, el aceite y los gérmenes facilitando su eliminación, se debe enjuagar muy bien la espuma con agua corriente para evitar que queden restos de jabón en las manos (17).



MÓDULO N°2: LÁVATE LAS MANOS USANDO LA TÉCNICA CORRECTA.

A continuación, se presenta la descripción del lavado de manos con el paso a paso correcto (18):

1. Mójese las manos con agua.
2. Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir la superficie de las manos.
3. Frótese las palmas de las manos entre sí.
4. Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda, entrelazando los dedos y viceversa.
5. Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.
6. Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.
7. Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.
8. Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.
9. Enjuáguese las manos con agua.
10. Séquese las manos con una toalla de un solo uso.
11. Utilice la toalla para cerrar el grifo.

Gráfico N° 2: Técnica de lavado de manos.

TÉCNICA DE LAVADO DE MANOS



Mójese las manos con agua.



Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón.



Frótese las palmas de las manos entre sí.



Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda.



Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



Frótese el dorso de los dedos con las palmas.



Frótese los pulgares.



Frótese las uñas con un movimiento circular.



Enjuáguese las manos con agua.



Séquese las manos con una toalla de un solo uso.



Utilice la toalla para cerrar el grifo.



Sus manos son seguras.

MÓDULO N° 3: ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS PARA LA PROMOCIÓN DEL LAVADO DE MANOS.

El juego como recurso educativo: Cuando los niños juegan, presentan una mayor predisposición a la enseñanza; un juego con finalidad educativa está diseñado para enseñar a los niños un área específica y ayudarles a desarrollar una habilidad, es lo que se considera: aprender jugando. Estos juegos tienen reglas que los estructuran, tienen metas que proporcionan motivación y tienen resultados que favorecen el aprendizaje (19).

OBJETIVO: Fomentar por medio de actividades lúdico- recreativas la importancia del lavado de manos social teniendo en cuenta los pasos de la OMS.

ESTRATEGIAS DIRIGIDAS A NIÑOS DE 3 A 5 AÑOS:

IMPACTO: Garantizar el conocimiento previo de los niños de 3 a 5 años sobre el lavado de manos social por medio de la práctica de hábitos de higiene.

ACTIVIDAD #1.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: MANOS LIMPIAS AL TEATRINO.

FUENTE: Ideado por los autores.

RECURSOS:

TEATRINO

- 1 Caja de cartón de 1 metro.
- 1 Lápiz.
- 1 Borrador.
- 1 Sacapuntas.
- 2 Cajas de pinturas x6.
- 2 Marcadores negros.
- 2 Tijeras.

MARIONETA

- 4 Medias.
- 8 Ojos.
- 2 Metros de lana.
- 1 Pistola de silicona.
- 1 Barra de silicona.

GUIÓN

- Impresión.

LAVADO DE MANOS

- Pileta de lavado.
- 1 Jabón líquido.
- 1 Paquete de toallas desechables.



DESCRIPCIÓN: La actividad consiste en:

1. Diseñar el teatrino en la caja de cartón.

- Recortar la parte posterior de la caja.

- Recortar en la parte anterior de la caja una ventana de 50 centímetros de ancho x 35 centímetros de alto; dejando 10 centímetros del borde superior.

- Pintar el teatrino a preferencia.

2. Realizar las marionetas con medias y los elementos mencionados en los recursos.

- Pegar los ojos en uno de los extremos.

- Recortar la lana de a 10 cm y se pega en la parte superior (será el pelo), para el pelo de la marioneta del jabón preferiblemente se utiliza algodón.

- Realizar lo mismo en cada una de las medias, recomendación de colores: Azul (gota), verde (jabón), morado (bacteria), beige o rosado (mano), o colores de preferencia.

3. Desarrollar la actividad siguiendo el guión anexo realizado con marionetas interpretando a la Manotica, Señorita agua, Mister Jabón y Monstruosa la Bacteria, por medio de un narrador con un tiempo de 3 a 5 min aproximadamente.

(14)



PATRÓN TEATRINO



PATRÓN MARIONETAS



GUIÓN

PERSONAJES: Manotica, Señorita agua, Mister Jabón y Monstruosa la Bacteria.

Manotica: Hola amiguitos, ¿Cómo están? Estoy muy feliz de verlos.

¡Oigan amiguitos! Imagínense que el otro día salí con mis padres.

Señorita agua: ¿Con el Señor y la Señora mano?

Manotica: Sí, con ellos y resulta que pasábamos por un parque y observé mucha basura en el césped, y ahí vi a Monstruosa, la Bacteria.

Mister jabón: ¿Y qué hiciste con esa basura?

Manotica: ¡La deposite en su lugar, y la bacteria se me pegó!

Señorita agua: ¿Y cómo hiciste para quitarla?

Manotica: Me lave solo con agua.

Monstruosa la Bacteria: JAJAJAJAJA... Ella cree que sólo con agua me va a quitar de sus manos.

Mister Jabón: Ay no amiga, estas muy equivocada esa bacteria monstruosa no se quita sólo con agua.

Señorita agua: ¡Sí! Debes hacerte un correcto lavado de manos, con agua, jabón y mucha fricción.

Monstruosa la Bacteria: ¿Creen que podrán quitarme con eso? Je, je, je,je.

Manotica: Sí, porque mis amigos me enseñaron cómo hacerlo.

¿Amiguitos ustedes también quieren aprender?

Respuesta de los niños...

Manotica, Señorita agua y Mister Jabón:

1. Nos humedecemos las manos con agua.
2. Depositamos jabón en la palma de la mano.
3. Frotamos palma con palma.
4. Luego frotamos palma con dorso.
5. Frotamos las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.
6. Frotamos dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos (candadito).
7. Nos frotamos con un movimiento de rotación el pulgar con la palma de la otra mano y viceversa (Tornillito).
8. Frotamos las uñas en la palma de la otra mano, haciendo círculos y viceversa.
9. Enjuáganos las manos con agua.
10. Y por último secamos las manos con una toalla desechable.

Monstruosa la Bacteria: ¡Woow! Que buen lavado de manos, han logrado eliminarme.

Nooooooooooooo... (Se va la bacteria).

Manotica: ¡Pudimos lograrlo amiguitos!

¿Si vieron lo fácil que es con la ayuda de nuestros amigos el jabón y el agua?

Respuesta de los niños...

Mister jabón: ¡Esperamos que les haya gustado!

Manotica, Señorita agua y Mister Jabón: ¡Chao amiguitos!



ACTIVIDAD #2.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: FUERA BACTERIAS, CHOCA ESOS CINCO.

FUENTE: Adaptado de Blog Educativo The Indian Lion. Disponible en: <https://indianlioneducation.com/actividades-aprender-lavarse-manos-infantil/>

RECURSOS:

MANOS

- 2 Pliegos de cartulinas.
- 4 Pliegos de papel contac.
- 1 Lápiz.
- 1 Borrador.
- 1 Sacapuntas.
- 1 Tijera.
- 4 Marcadores borrables.
- 1 Marcador negro.
- 1 Gel antibacterial.
- 1 Paquete de algodón.

LAVADO DE MANOS

- Pileta de lavado.
- 1 Jabón líquido.
- 1 Paquete de toallas desechables.

DESCRIPCIÓN: La actividad consiste en:

1. Dibujar en un pliego de cartulina una mano y plastificarla con papel Contac.
2. Sobre esta imagen con marcador borrable dibujar figuras en forma de virus o bacterias.
3. Conformar grupos de 4 niños.
4. Entregar a cada grupo la mano y un borrador (mota de algodón con jabón o con gel antibacterial a base de alcohol).
5. Los niños tendrán que borrar los virus y bacterias hasta desaparecerlas por completo. Posteriormente se invita a todos los niños a lavarse las manos con agua y jabón, logrando así, la remoción de los rastros del marcador que queda en sus manos. Y fuera bacterias, choca esos (5), en señal de que sus manos son seguras porque están limpias.
6. Una vez finalizada la actividad se invita a todos los niños a lavarse las manos con agua y jabón con la explicación de la técnica del lavado de manos.

PATRÓN:



ESTRATEGIAS DIRIGIDAS A NIÑOS DE 6 A 8 AÑOS:

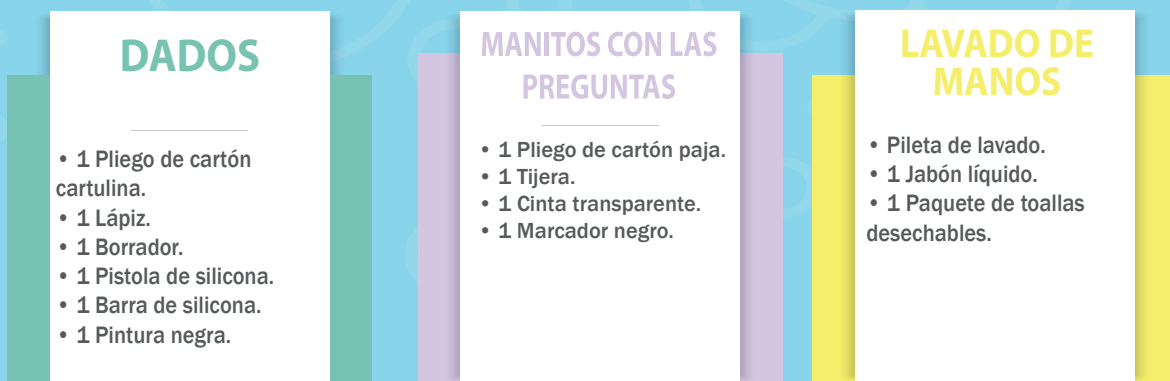
IMPACTO: Garantizar el conocimiento previo de los niños de 6 a 8 años sobre el lavado de manos social por medio de la práctica de hábitos de higiene.

ACTIVIDAD #1.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: MI MANITO FAVORITA.

FUENTE: Ideado por los autores.

RECURSOS:



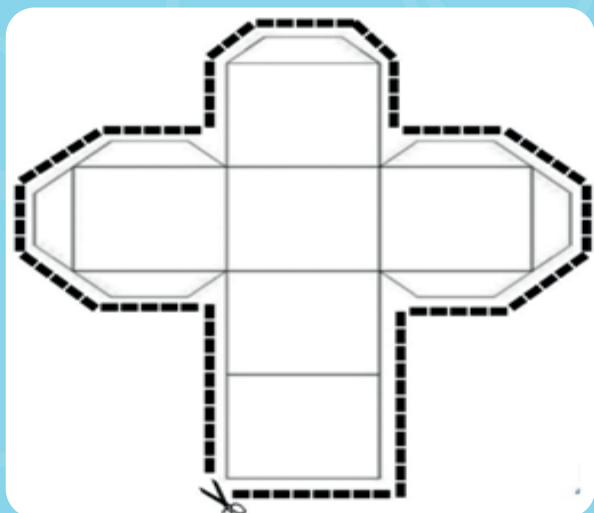
DESCRIPCIÓN: La actividad consiste en:

1. Realizar el boceto del dado en el cartón cartulina.
2. Recortar el boceto y armar el dado.
3. Dibujar en cada cara del dado los puntos del 1 al 6 y pintarlos.
4. Dibujar en cartón paja 6 manos y enumerarlas del 1 al 6.
5. Escribir en el respaldo de cada mano una pregunta referente al lavado de manos.

Preguntas:

- ¿Con qué elementos se deben lavar las manos?
 - Realice el paso a paso del lavado de manos.
 - Mencione 3 momentos críticos en los cuales se debe lavar las manos.
 - ¿Por qué es importante lavarse las manos?
 - ¿Cuánto tiempo debe durar el lavado de manos?
 - ¿Cuándo se celebra el día mundial del lavado de manos?
6. La actividad inicia con la explicación en el aula de clases sobre los pasos del lavado de manos, su importancia, cuando se celebra el día mundial y los momentos críticos. Luego de la explicación se ponen las manos en una mesa o se pegan en el tablero.
 7. Escoger 6 niños para tirar el dado y según el número que salga deben buscar la manito favorita que estarán sobre una mesa o pegadas en el tablero y responder la pregunta correspondiente sobre el lavado de manos, lo que permitirá comprobar la apropiación del tema.
 8. Una vez finalizada la actividad se invita a todos los niños a lavarse las manos con agua y jabón realizando los pasos aprendidos.

PATRÓN:



ACTIVIDAD #2.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: SÚBETE AL TREN DE LA SALUD.

FUENTE: Ideado por los autores.

RECURSOS:

TREN - PARTE DELANTERA Y TRASERA

- 1 Caja de cartón de 1 metro.
- 1 Lápiz.
- 1 Borrador.
- 2 Cajas de pinturas de colores x6.

FIGURAS PARA ADORNAR EL TREN (MANOS, GOTAS DE AGUA Y JABÓN)

- 1 Caja de cartón pequeña.
- 1 Pistola de silicona.
- 2 Barras de silicona.
- 3 Metros de velcro (Une las partes del tren).

LAVADO DE MANOS

- Pileta de lavado.
- 1 Jabón líquido.
- 1 Paquete de toallas desechables.

DESCRIPCIÓN: La actividad consiste en:

1. Dibujar la parte delantera y trasera del tren en el cartón (ver patron), recortarlas y pintarlas.
2. Dibujar las figuras (mano, gota de agua y jabón) en cartón para adornar el velcro que une la parte delantera y trasera del tren, recortarlas y pintarlas (ver patrón).
3. Medir la altura deseada con el velcro y se recorta para luego unirlo.
4. Llevar a cabo la actividad explicando los pasos del lavado de manos y los momentos críticos del lavado de manos, seguidamente se realizan preguntas a los niños sobre lo explicado anteriormente y el que responda se sube al tren de la salud.
5. Cuando todos los niños estén dentro del tren, se hará el recorrido hasta el lugar donde los niños se harán el lavado de manos con los pasos aprendidos.
6. Se irá cantando la canción del lavado de manos propia del programa de instrumentación quirúrgica de la CURN.

CANCIÓN: "LÁVATE LAS MANOS".

Coro.

"Lávate las manos con agua y jabón, si así tú lo haces no te enfermarás y las infecciones podrás evitar". (BIS: se repite dos veces).

I Estrofa.

Señorita agua mójame las manos, que con el jabón voy a hacer fricción, y con la

espumita yo lograré, matar las bacterias de una sola vez.

Me lavo las manos, palma con palma, detrás de las manos y entre los dedos.

¡Haciendo así la espuma me voy a enjuagar y así la limpieza yo voy a lograr!

20 segunditos debes demorar, recuerda que las uñas también has de lavar.

(Se repite dos veces solo la técnica).

Coro.

“Lávate las manos con agua y jabón, si así tú lo haces no te enfermarás y las infecciones podrás evitar”. (Se canta una vez).



II Estrofa.

Lávate las manos: Después de ir al baño, mira que esto nunca lo debes olvidar.
Lávate las manos después de jugar, porque la tierrita te puede enfermar.

Canción “Lávate las manos”. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=MF5etXLHjs0>

Luego al toser, al estornudar, siempre que estén sucias las debes lavar.
Recuerda que tus manos son tus amiguitas y si tú las lavas felices estarán.

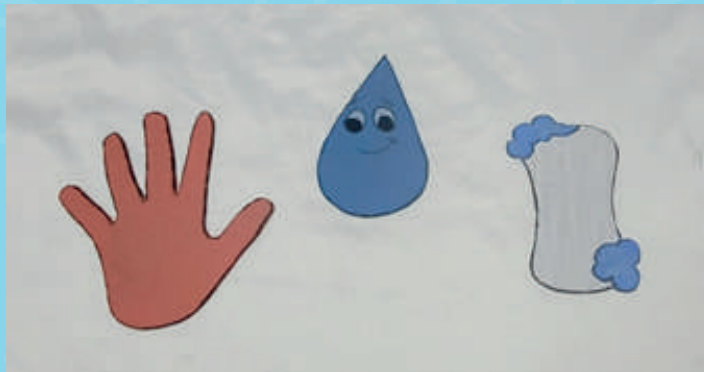


Coro.

“Lávate las manos con agua y jabón, si así tú lo haces no te enfermarás y las infecciones podrás evitar”.



PATRÓN:



ESTRATEGIAS DIRIGIDAS A NIÑOS DE 9 A 11 AÑOS:

IMPACTO: Garantizar el conocimiento previo de los niños de 9 a 11 años sobre el lavado de manos social por medio de la práctica de hábitos de higiene.

ACTIVIDAD #1.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: LÁVATE LAS MANOS CON RITMO Y MISTER JABÓN.

FUENTE: Ideado por los autores.

RECURSOS:

VESTIDOS

- 8 Pliegos de cartón paja.
- 2 Lápices.
- 1 Borrador.
- 1 Tijera.
- 2 Cajas de pinturas de colores x6.
- 4 Pinceles.
- 8 Pliegos de papel contac.
- 3 Metros de velcro.
- 2 Marcadores negro.
- 2 Tijeras.
- 1 Exacto.

SONIDO

- Bafle o reproductor de sonido.

LAVADO DE MANOS

- Pileta de lavado.
- 1 Jabón líquido.
- 1 Paquete de toallas desechables.

DESCRIPCIÓN: Consiste en:

1. Dibujar en el cartón paja las figuras: 4 manos, 2 gotas, 2 jabones y 2 bacterias, recortarlas y pintarlas.
2. Plastificar las figuras con el papel contac.
3. Unir las figuras con el velcro por la parte superior.
4. Llevar a cabo la actividad **Lávate las manos con ritmo y Mister Jabón**, con los atuendos puestos.
5. Explicar los pasos del lavado de manos haciendo que los niños lo repitan.
6. Repasar los pasos enseñados con ayuda de una canción.
7. Una vez finalizada la actividad se invita a todos los niños a lavarse las manos con agua y jabón realizando los pasos aprendidos.



CANCIÓN: "LÁVATE LAS MANOS"

Coro.

"Lávate las manos con agua y jabón, si así tú lo haces no te enfermarás y las infecciones podrás evitar". (BIS: se repite dos veces).

I Estrofa.

Señorita agua mójame las manos, que con el jabón voy a hacer fricción, y con la espumita yo lograré, matar las bacterias de una sola vez.
Me lavo las manos, palma con palma, detrás de las manos y entre los dedos.
¡Haciendo así la espuma me voy a enjuagar y así la limpieza yo voy a lograr!
20 segunditos debes demorar, recuerda que las uñas también has de lavar.
(Se repite dos veces solo la técnica).

Coro.

"Lávate las manos con agua y jabón, si así tú lo haces no te enfermarás y las infecciones podrás evitar". (Se canta una vez).

II Estrofa.

Lávate las manos: Después de ir al baño, mira que esto nunca lo debes olvidar.
Lávate las manos después de jugar, porque la tierrita te puede enfermar.
Luego al toser, al estornudar, siempre que estén sucias las debes lavar.
Recuerda que tus manos son tus amiguitas y si tú las lavas felices estarán.

Coro.

"Lávate las manos con agua y jabón, si así tú lo haces no te enfermarás y las infecciones podrás evitar".

Canción "Lávate las manos". Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=MF5etXLHjs0>

PATRÓN:



ACTIVIDAD #2.

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD: LA MAGIA DE LAS IMÁGENES.

FUENTE: Ideado por los autores.

RECURSOS:

IMÁGENES

- 12 Hojas de papel de colores (tamaño carta).
- Imágenes impresas de cada paso del lavado de manos (1 hoja por cada paso).
- 1 Tijera.
- 1 Pegante.
- 1 Marcador negro.

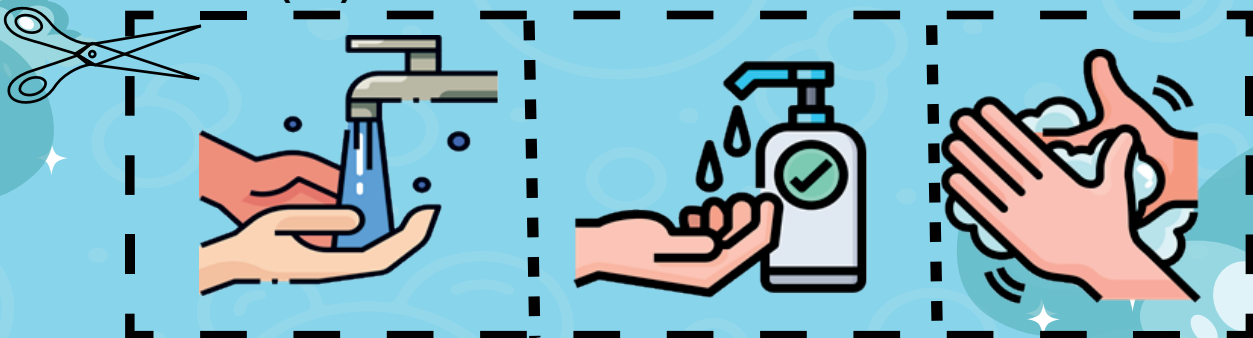
LAVADO DE MANOS

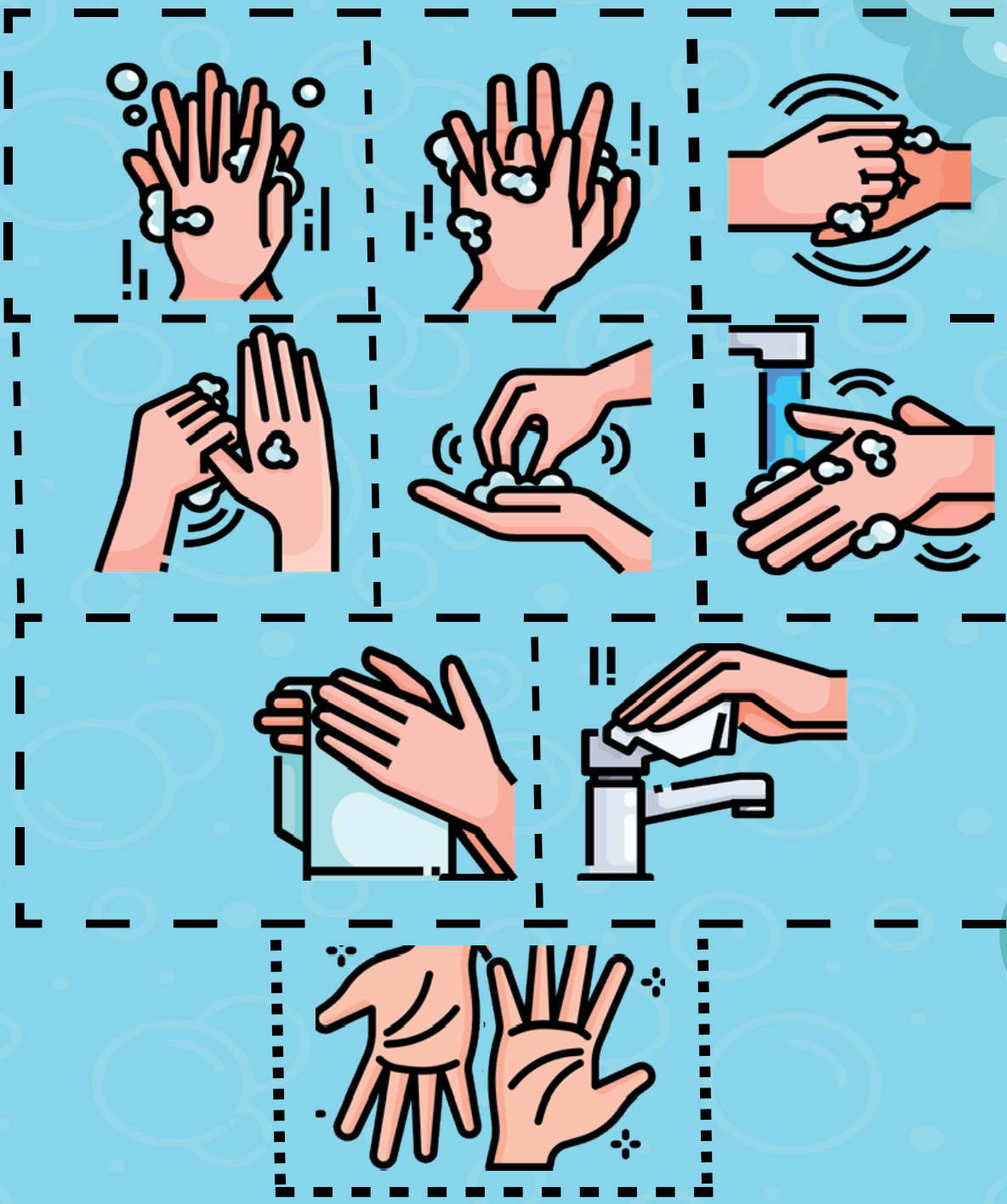
- Pileta de lavado.
- 1 Jabón líquido.
- 1 Paquete de toallas desechables.

DESCRIPCIÓN: Consiste en:

1. Imprimir las imágenes de los pasos del lavado de manos.
2. Recortar las imágenes impresas de los pasos del lavado de manos.
3. Pegar las imágenes a la hoja de colores.
4. Escribir los pasos en cada hoja.
5. Dar una breve explicación en cada aula de clase sobre los pasos del lavado de manos y los momentos críticos.
6. Escoger 4 niños y se le entregan las imágenes en desorden.
7. Se le pide a los niños que organicen las imágenes en el orden correspondiente.
8. Una vez finalizada la actividad se invita a todos los niños a lavarse las manos con agua y jabón realizando los pasos aprendidos.

PATRÓN(15):





REFERENCIAS

1. ¿Por qué es importante el lavado frecuente de manos en niños? | Universidad El Bosque [Internet]. Unbosque.edu.co. 2022 [citado 7 abril 2022]. Disponible en: <https://www.unbosque.edu.co/centro-informacion/noticias/por-que-es-importante-el-lavado-frecuente-de-manos-en-ninos#:~:text=Al%20lavarse%20las%20manos%20se,por%20eso%20es%20re sponsabilidad%20de>
2. La importancia de lavarse las manos para niños - Children's Health [Internet]. Es.childrens.com. 2021 [citado 7 abril 2022]. Disponible en: [https://es.childrens.com/health-wellness/importance-of-hand-washing-for-kids-infographic#:~:text=Seg%C3%BAn%20los%20CDC%20\(Centros%20para,infecciones%20respiratorias%20como%20l a%20neumon%C3%ADa](https://es.childrens.com/health-wellness/importance-of-hand-washing-for-kids-infographic#:~:text=Seg%C3%BAn%20los%20CDC%20(Centros%20para,infecciones%20respiratorias%20como%20l a%20neumon%C3%ADa)
3. Higiene de las manos para prevenir el COVID-19 [Internet]. Higieneambiental.com. 2020 [citado 7 abril 2022]. Disponible en: <https://higieneambiental.com/aire-agua-y-legionella/higiene-de-las-manos-para-prevenir-el-covid-19>
4. Naciones Unidas. Objetivos de Desarrollo Sostenible. 17 objetivos para transformar nuestro mundo. [Internet]. [citado 16 octubre 2022]. Disponible en: <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>
5. Ministerio de Salud y Protección Social. Documento Plan Decenal De Salud Pública 2022-2031. [Internet]. [citado 16 octubre 2022]. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/PSP/documento-plan-decenal-salud-publica-2022-2031.pdf>
6. Ministerio de Salud y Protección Social. Resolución 0350 de 2022. [Internet]. [citado 16 octubre 2022]. Disponible en: https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%20No.%20350%20de%202022.pdf
7. Marceliano EA. Introducción Historia del Lavado de Manos [Internet]. Scribd. Scribd; 2018 [citado 9 octubre 2022]. Disponible en: <https://es.scribd.com/document/398252578/Introduccion-Historia-Del-Lavado-de-Manos>
8. Información tomada de Ximenna Nicold, V. and Rosa Leonor, C., 2018. Historia del Lavado de Manos | uDocz. [internet] uDocz. [9 Octubre 2022]. Disponible en: <https://www.udocz.com/apuntes/313899/pdf-lavado-de-manos>
9. Día Mundial del Lavado de Manos [Internet]. Así Vamos en Salud - indicadores en salud normatividad derechos. 2020 [citado el 22 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.asivamosensalud.org/eventos/dia-mundial-del-lavado-de-manos>
10. Todo lo que debe saber sobre el lavado de manos para protegerte del coronavirus (COVID-19) [Internet]. Unicef.org. 2020 [citado el 9 de mayo de 2022]. Disponible en: <https://www.unicef.org/es/coronavirus/todo-lo-que-debes-saber-sobre-el-lavado-de-manos-para-prot egerte-del-coronavirus-covid19#:~:text=En%20el%20contexto%20de%20la,tu%20hogar%2C%20por%20ejemplo%2C%20dinero>

11. 2009. Manual técnico de referencia para la higiene de las manos . [libro electrónico] Organización Mundial de la Salud (OMS), p.32. Disponible en: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/102537/WHO_IER_PSP_2009.02_spa.pdf> [Consultado el 9 de octubre de 2022].

12. Catálogo Miguel Henríquez Castañeda. Detalles para: Implementación del lavado de manos sociales como estrategia para la prevención de gastroenteritis severa y la infección respiratoria aguda (ira) en niños de 3 a 5 años beneficiarios de la Fundación Granitos de Paz. 2015-2016/ [Internet]. Pág. 42. Uninunez.biblioteca.curnvirtual.edu.co. 2015 [citado el 9 de abril de 2022]. Disponible en: <http://uninunez.biblioteca.curnvirtual.edu.co/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=5242#>

13. García Galván TY, Zúñiga Villaverde SA. "Hábitos Saludables y determinantes de parasitosis en niños de 1 a 4 años del centro de salud el Carmen, Chincha Diciembre 2020" [Internet]. Repositorio institucional UNIVERSIDAD AUTONOMA DE ICA: "HÁBITOS SALUDABLES Y DETERMINANTES DE PARASITOSIS EN NIÑOS DE 1 A 4 AÑOS DEL CENTRO DE SALUD EL CARMEN CHINCHA DICIEMBRE 2020". Universidad Autónoma de Ica; 2021 [citado 2022Mar10]. Disponible en: <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle>

14. Enfermedades que se previenen con un correcto Lavado de Manos [Internet]. School Nurses. 2019 [citado 23 mayo 2022]. Disponible en: <https://schoolnurses.es/enfermedades-que-se-previenen-con-un-correcto-lavado-de-manos/>

15. El Lavado de Manos Puede Ayudar a salvar muchas vidas [Internet]. Inicio. 2021 [citado 23 mayo 2022]. Disponible en: <https://www.shaio.org/importancia-del-lavado-de-manos>

16. Aponte Castañeda, L., Cardozo Rodríguez, B., Cerón Jiménez, P., Mora Hoyos, M. and Ramírez León, P., 2020. Diseño y validación de la cartilla de lavado de manos como estrategia pedagógica para la promoción de hábitos saludables en la población infantil en el proyecto Unibosque para la escuela de la Universidad El Bosque. [en línea] Repositorio.unbosque.edu.co. 5 [Acceso 9 de octubre 2022]. Pag. 27
Disponible en: https://repositorio.unbosque.edu.co/bitstream/handle/20.500.12495/6967/Aponte_Casta%3%B1eda_Lady_Vanessa_2020.pdf?sequence=5

17. Cómo lavarse las manos [Internet]. Centers for Disease Control and Prevention. Centers for Disease Control and Prevention; [citado 23 mayo 2022]. Disponible en: <https://www.cdc.gov/handwashing/esp/show-me-the-science-handwashing.html>

18. Organización mundial de la salud. ¿Cómo desinfectarse las manos? [Internet]. Ginebra: OMS. [Acceso 31 agosto de 2020]. Disponible en: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/102537/WHO_IER_PSP_2009.02_spa.pdf

19. Gómez T. La Actividad lúdica Como Estrategia Pedagógica para fortalecer el aprendizaje de los niños de la Institución Educativa Niño Jesús de Praga [Internet]. Repository. 2015 [citado 27 mayo 2022]. Pag. 30. Disponible en: <http://repository.ut.edu.co/bitstream/001/1657/1/APROBADO%20TATIANA%20G%3%93MEZ%20RODR%3%8DGUEZ.pdf>

REFERENCIAS DE IMÁGENES

1. Imagen Jouska (Propia)
2. Imagen Jouska (Propia)
3. Imagen Jouska (Propia)
4. Imagen Jouska (Propia)
5. Imagen Jouska (Propia)
6. Imagen Jouska (Propia)
7. Imagen Jouska (Propia)
8. Imagen Jouska (Propia)
9. Imagen Jouska (Propia)
10. Imagen Jouska (Propia)
11. Imagen Jouska (Propia)
12. Imagen Jouska (Propia)
13. Imagen Jouska (Propia)
14. Imagen Jouska (Propia)
15. https://www.flaticon.es/icono-gratis/lavarse-las-manos_2785896