

Procuramos hacer de las actividades de aseo un momento divertido

ENSEÑAR A NUESTROS HIJOS UNOS HÁBITOS DE HIGIENE ENTRAÑA VALORES FUNDAMENTALES EN SU PROCESO DE APRENDIZAJE

Conchita REQUERO
Asesora: María CAMPO MARTÍNEZ. Directora de Escuelas Kimba

HIGIENE: unos hábitos que fomen tan grandes virtudes

¿Qué hábitos de higiene se pueden enseñar en estas edades?

- Nuestro hijo es aún muy pequeño, pero tiene suficiente capacidad para aprender a ir aseado. Estos son los hábitos que puede ir asimilando:
- Lavarse las manos antes y después de comer.
 - Lavarse los dientes.
 - Utilizar los cubiertos adecuadamente en la mesa.
 - Bañarse. Ducharse es algo que requiere algo de destreza y rapidez, por eso es mejor que le enseñemos cuando sea un poquito más mayor, a partir de los 6 años.
 - Peinarse.
 - Control de esfínteres: que aprenda a ir solito al baño y no se haga sus necesidades encima.
 - Llevar ropa limpia.

Aprender a limpiarse los dientes, lavarse las manos, la cara... son pequeños hábitos de limpieza personal que nuestro pequeño puede aprender a estas edades. No siempre es sencillo, porque es habitual que nuestro hijo sea reticente a cumplirlos o no le dé importancia a la suciedad. Por eso, enseñarle estos hábitos implica también el aprendizaje y la aplicación de virtudes como la constancia, la fuerza de voluntad o el orden.

Pero, ¿por qué enseñar unos hábitos de higiene supone también un aprendizaje en virtudes? Porque al mismo tiempo se puede lograr que mejoren otras cualidades como ser más:

- **Cuidadoso** con su aspecto exterior.
- **Ordenado.** Los hábitos conllevan una rutina que hay que cumplir y tener en orden los objetos que se necesitan para la limpieza personal.
- **Autoexigente:** no le vale cualquier modo de hacer las cosas, sino que valorará las cosas bien hechas.
- **Respetuoso** con los demás. Uno no sólo se limpia y cuida su imagen por su propia conveniencia, sino también para agradar a los demás.

Por eso, al esforzarse por estar y ser limpio el niño logra una serie de valores como son:

El aprender a hacer las cosas bien por el gusto de hacerlas bien. Una buena higiene implica una buena imagen y esto lleva implícito el hecho de que las cosas se quieran hacer bien por sí mismas. Los niños deben aprender a que deben ir limpios y aseados porque todo lo que hagan deben hacerlo bien, incluso esto.

Respeto a los demás: el hecho de ir aseado implica una satisfacción propia, pero también un respeto a los demás. El niño tiene que ser consciente del derecho que tienen el resto de personas a sentirse a gusto a su lado.

Constancia: como todo hábito, el aseo debe ser diario, no cuando al niño le apetezca o le cueste menos, sino todos los días con independencia de lo fácil que lo tenga para lograrlo, o lo mucho que le pueda costar.

Capacidad de esfuerzo: el hecho de hacer las cosas bien y aprender a tener una buena higiene implica, en muchas ocasiones, un esfuerzo mayor o incluso más tiempo. Pero debemos enseñarles que ese esfuerzo tiene una recompensa, principalmente, para sí mismo.

Vencer a la pereza: a los niños, por naturaleza, les cuesta mucho llevar a cabo unos buenos hábitos de higiene. Prefieren dedicar su tiempo a jugar o hacer

otras cosas que ducharse, lavarse los dientes... pero deben saber luchar y vencer la pereza para que puedan hacerlo tantas veces de manera consecutiva que puedan llegar a convertirse en un hábito.

NO LE GUSTA ASEARSE

Sin embargo, no es tan fácil enseñar a nuestro hijo estos hábitos de aseo, ya que los niños suelen ser

reticentes a cumplir con ellos. Se escabullen a la hora del baño, se lavan los dientes de mala manera, les molesta limpiarse la cara... El mejor modo de afrontar esta situación es evitándola. Es decir, tratando de prevenir el hecho de que les cueste hacerlo creando unos hábitos de higiene **muy bien asentados desde que son muy pequeños**. En estas edades, todo lo nuevo y que implique sentirse mayor les encanta, por lo tanto,

12 documentales imprescindibles para descubrir los secretos del éxito en el matrimonio.



24€

Ideal para jóvenes, novios y casados.

Cincuenta expertos internacionales, esposos, y novios, te lo cuentan todo: desde cómo elegir pareja, hasta cómo mantener vivo el amor...

12 Documentales: 180 minutos.
Y un libro de apoyo para aclarar dudas.
Más detalles, videos e imágenes en:
www.preparatumatrimonio.com



Información y pedidos en:
www.goyaproducciones.com
productos@goyaproducciones.es
Tel. 91 548 38 75

Coproducción de:  