



**Nomenclatura de identificación: SE - CEFC**

**Ficha:03**

**Tema:**

**Construcción de conocimientos sobre el lavado de manos, la defecación al aire libre y la eliminación segura de excretas.**

**Propósito:**

Que en el plan de formación los alumnos adquieran el conocimiento de la importancia del lavado de manos y la defecación al aire libre, así como la eliminación de excretas de forma segura, por medio de procesos de aprendizaje con la finalidad que adopten una cultura global sobre una buena atención sanitaria y al mismo tiempo que influya en minimizar la problemática de la defecación al aire libre.

**Nivel:**

**Preescolar, primaria y secundaria**





## Descripción del Tema:

La atención sanitaria a la que debemos poner mayor atención hoy en día debido a los diversos problemas que puede ocasionar son las siguientes:

**El lavado de manos** con agua y jabón es una estrategia sencilla, económica y esencial que salvavidas. Un lavado de manos eficiente contribuye a disminuir el riesgo de contraer enfermedades respiratorias y gastrointestinales, así como a interrumpir la transmisión de virus. Las muertes por diarrea podrían reducirse a casi a la mitad y evitarse un cuarto de las muertes por infecciones respiratorias agudas.

La **Defecación al aire libre** es la práctica de defecar al aire libre, en público, o alrededor de su comunidad, debido a la imposibilidad de acceder a retretes, letrinas o cualquier otro tipo de saneamiento mejorado. Actualmente afecta a mil millones de personas en los países en desarrollo, o el 15% de la población mundial.

**Disposición de Excretas:** Es el lugar donde se arrojan las deposiciones humanas con el fin de almacenarlas y aislarlas para así evitar que las bacterias patógenas que contienen puedan causar enfermedades.

Se recomienda su uso: para la disposición de excretas de manera sencilla y económica; para viviendas y escuelas ubicadas en zonas rurales o peri urbanas, sin abastecimiento de agua intradomiciliario; en cualquier tipo de clima.

## ¿Sabías qué?

- Las manos son la principal vía de transmisión de gérmenes durante la atención sanitaria.
- Según la ONU en el África subsahariana el 25% de la población defeca al aire libre.
- Según la ONU unos de cada 7 habitantes del planeta defecan al aire libre.





- Una de las muertes silenciosas que no se informan en los medios de comunicación son las enfermedades relacionadas con la DAL (Defecación al Aire Libre).
- El uso de las letrinas o baños son de suma importancia para evitar el contagio con heces humanas que pueden causar un grave daño a la salud.

## Actividades del lunes preventivo.

### Durante el homenaje:

#### Preescolar

**Duración: 5 minutos**

#### **Nombre de la actividad.**

Letra de la canción llamada “las manos a lavar” (Anexo 1)

#### **Recursos (Materiales y humanos):**

- Participarán 4 alumnos o alumnas.
- Equipo de sonido
- Micrófono

#### **Descripción de la actividad:**

##### **Inicio:**

Previo a la actividad el docente deberá ensayar la canción “las manos a lavar” (anexo 1), con sus alumnos seleccionados o los que deseen participar en la actividad a desarrollar en el homenaje.





El docente pondrá el audio (Anexo 1) para iniciar a cantar la canción relacionado con la importancia del lavado de manos.

## **Desarrollo:**

El maestro encargado de la actividad, dará la orden de inicio y los alumnos participantes cantaran la canción Las manos a lavar, con la finalidad de introducir a los alumnos en la importancia que tiene el lavado de manos en todo momento para contrarrestar las problemáticas de las enfermedades a causa de no tener el hábito del lavado de manos.

El docente deberá preguntar lo siguiente: ¿cuándo deben lavarse las manos? Y ¿Por qué es importante lavarse las manos?

## **Cierre:**

La conclusión de la actividad consiste en que los niños adquieran el conocimiento de la importancia del lavado de manos ya que es la principal vía de transmisión de gérmenes causantes de enfermedades.





## Primaria y Secundaria.

### **Nombre de la actividad.**

Guion sobre eliminación de excretas anexo 2

### **Recursos (Materiales y humanos):**

- Alumnos (narrador, Luz, Pedro, Andrés)
- Hojas con el guion impreso
- Micrófono y audio.

### **Inicio:**

El docente preguntará a los alumnos ¿a qué se refiere la eliminación de excretas?

### **Desarrollo:**

Los alumnos que desarrollarán el guion sobre la eliminación de excretas deberán haber leído previamente el guion para tener mayor conocimiento del tema.

Los alumnos participantes interpretarán un personaje del guion, deberán leer en voz alta o en el micrófono.

### **Cierre:**

El docente deberá hacer referencia a la importancia que tiene la eliminación segura de excretas y al mismo tiempo fomentar el uso adecuado de las letrinas(baños), la importancia de conocer el lavado de manos para evitar enfermedades relacionadas con la misma, así también deberá enfatizar en que la prevención es la mejor opción que se debe adoptar para evitar afectaciones a la salud.





## En el salón de Clases:

### Preescolar y Primaria 1º, 2º y 3º

#### Nombre de la actividad.

Enseñando la Técnica de lavado. (Anexo 3)

#### Recursos (Materiales y humanos):

- ✓ Agua
- ✓ Vaso
- ✓ Contenedor o vasija honda
- ✓ jabón
- ✓ toalla o rollo de toallas absorbentes
- ✓ Imágenes impresas de la técnica de lavado de manos.
- ✓ Silla o mesa

#### Inicio

En el salón de clases el docente hará las siguientes preguntas:

- ¿Por qué debemos lavarnos las manos?
- ¿Cuáles son los pasos para lavarse las manos?
- ¿Qué pasa si no te lavas las manos?

#### Desarrollo

Después de escuchar la participación de los alumnos, el maestro organizará al grupo en pares y realizarán la forma correcta del lavado de manos guiándose de las imágenes impresas de la técnica.





Organizados en pares uno de los alumnos llenará con agua el vaso simulará la llave de agua dejando caer a chorro agua con un vaso y el otro niño tendrá las manos sobre la vasija honda simulando el lavabo de los sanitarios seguirá las indicaciones de la /el docente.

Deberá tener a un costado la toalla o toallas absorbentes para completar de forma correcta la técnica del lavado de manos.

Una vez terminada la actividad deberá repetirse, pero invertir a los alumnos.

## **Cierre.**

Se les explicará a todos los alumnos la importancia de lavarse las manos de forma correcta sin importar las condiciones en las que se encuentre su sanitario que lo importante es lavarse las manos después de toda actividad y así evitar el contagio de gérmenes por no lavarse las manos adecuadamente, el cual ayudará a contrarrestar las enfermedades.





## Primaria 4º, 5º, 6º y Secundaria

### **Nombre de la actividad:**

Rotafolio sobre la disposición de excretas. Anexo 4

### **Recursos (Materiales y humanos):**

- Marcadores
- Resistol
- Imágenes impresas de:
- Mesa
- Colores
- Foto copia de la actividad
- Papel bond blanco

### **Inicio**

Dentro del salón de clases se organizarán los equipos formados previamente a la actividad para desarrollar y crear el rotafolio sobre Disposición de Excretas, dándole el seguimiento a lo que se vio en el homenaje.

### **Desarrollo**

Los equipos deberán distribuir los papeles bond en 4 partes iguales y deberán pegar la parte superior todos los papeles para darle la forma al rotafolio, deberán colocar el tema en la carátula (disposición de excretas) con un dibujo alusivo al tema para hacerlo más llamativo.







El rotafolio deberá contar con la definición del tema, la técnica para una buena eliminación de excretas, los beneficios que tiene al realizar de forma correcta la técnica y las complicaciones que conlleva si no se realiza de la forma adecuada.

El docente deberá entregar a cada equipo la información impresa de la investigación para poder realizar el rotafolio.

El subtema relacionado con la eliminación segura de excretas deberá ser lo más fácil y concreto posible para una mayor comprensión.

## **Cierre.**

El docente de manera grupal explicara la importancia de adoptar buenos hábitos sanitarios para evitar posibles enfermedades que pueden causar la muerte y una alta contaminación de los seres humanos el cual deberá concluir con las siguientes preguntas:

- ¿Qué relación tiene el lavado de manos con la eliminación de excretas?
- ¿Por qué es importante contar con letrinas, fosas sépticas o baños con drenaje?
- ¿Qué tan importante es la disposición de excretas de forma segura?





## Para el docente

### Evaluación de lo logrado:

Escribir cómo le pareció la pertinencia y eficacia de las actividades, además de sugerencias en relación a las mismas.

### Referencias electrónicas:

Lavado de manos. Consultado en : <https://insp.mx/avisos/2791-lavado-manos.html>

Defecación al aire libre. Consultado en:  
[https://www.lainformacion.com/salud/epidemias-y-plagas/la-onu-urge-a-terminar-con-la-defecacion-al-aire-libre-en-el-dia-del-inodoro\\_D55ymFeDFOx1itvRdl07q1/](https://www.lainformacion.com/salud/epidemias-y-plagas/la-onu-urge-a-terminar-con-la-defecacion-al-aire-libre-en-el-dia-del-inodoro_D55ymFeDFOx1itvRdl07q1/)

Eliminación de excretas .Consultado en:  
<http://saneamientoambiental.tripod.com/id5.html>

### Link para subir las evidencias:

El colectivo docente, de manera colaborativa se reúne para llenar el formato de evidencias por escuela, para ello favor de ingresar al link:

<http://escuelasresilientes.chiapas.gob.mx/Home/Mapa>





## ANEXOS:

### **Canción “Las manos a lavar” (Anexo 1)**

La la la

Las manos a lavar a lavar

La la la

Las manos a lavar a lavar

Para tomar un pan las manitas a lavar.

Antes de comer el lunch. las manitas a lavar.

Si fuiste al baño entonces... las manitas a lavar.

Si agarraste algo sucio (wacala)... las manitas a lavar

A lavar las manos chic.. chic.. chic

A lavar las manos chic.. chic.. chic

La la la la la la la las manos a lavar

La la la las manos a lavar a lavar

La la la las manos a lavar a lavar

Al llegar de un paseo si fuiste al baño, si tomaste el autobús, si jugaste en el piso.

Espuma, espuma y manos a lavar.

Canción en audio: <https://www.youtube.com/watch?v=Ei0TJQj79MQ>





## Guion sobre la eliminación de excretas (anexo 2)

**NARRADOR:** Defecar y orinar es un acto personal y privado que no se hace en la calle. Luz y Andrés: están regresando de la escuela

**Luz:** hoy aprendí muchas cosas jugando en clase y tengo mucha hambre.

**Andrés:** Yo también. Espérame tengo que ir a la letrina.

**Luz:** Te espero

**NARRADOR:** Si la letrina sucia y llena de basura está no la debes de usar.

**Andrés:** ¡Uy! La letrina está llena de basura. No puedo entrar allí, creo que me voy atrás.

**NARRADOR:** Las letrinas(baños) limpias son las que podemos usar.

**Luz:** ¡qué asco! ¡como apesta! Está lleno de moscas y seguro que hay ratas.

**Andrés:** Me voy atrás.

**Luz:** ¡no Andrés! Aguántate pronto llegaremos a casa.

**Andrés:** No puedo aguantar, mejor uso la otra letrina si está limpia.

**NARRADOR:** La basura siempre es necesario ponerla en un costal o bote cerrado.

Más tarde....

**Luz:** Mira Andrés, allí está Pedro.

**Andrés:** Hola Pedro ¿Qué haces?

**Pedro:** ¡Hola Luz! ¡Hola Andrés! Estoy viendo a mi papá que ha juntado la basura en un costal y lo lleva lejos para enterrarlo.





**NARRADOR:** Hace un hoyo, poner la basura orgánica y tapparla con más tierra para que se convierta en abono.

**Pedro:** Mi papá hace un hoyo lo suficiente profundo como para colocar allí toda nuestra basura.

**Luz:** Es una buena idea, el uso de hoyos para la basura mantiene el ambiente seguro y limpio porque los gérmenes ya no estarán en el ambiente.

**NARRADOR:** Los animales a las letrinas no deben entrar.

**Pedro:** Hay letrinas con tanta basura, popo (caca) fuera del hueco o de la taza que huele mal. Además, no tienen puerta, ni botes, se meten los animales y hay un montón de moscas, así que no lo deben usar.

**Pedro:** para mantener las letrinas limpias hay que poner una caja al costado para tirar los papeles sucios y defecar sólo dentro de la taza o el hueco.

**Andrés:** Mantener la puerta cerrada y siempre limpiar la letrina.

**Luz:** La puerta de la letrina debe estar cerrada para que no entren los animales pues estos tienen microbios.

**NARRADOR:** Todos necesitamos ir al baño organicémonos para cuidarlo.

**Link:** <https://www.savethechildren.mx/sci-mx/files/e0/e0f388de-7a79-418b-b1b5-22c9938b0c9f.pdf>



## Técnica de lavado de manos. (Anexo 3)

# Técnica de #LavadoDeManos

1



Mojarse las manos con agua corriente y enjabonarlas.

2



Frotarse las manos hasta formar espuma (buscando tallarlas una contra la otra, entre los dedos y debajo de las uñas).

3



Seguir frotando las manos durante aproximadamente 20 segundos.

4



Enjuagar las manos con agua corriente.

5



Secarlas con una toalla limpia, toalla de papel o secador de aire.



### Uso del gel antibacterial:

- Podemos hacer uso de un limpiador para manos con un mínimo de 60% de alcohol.
- Al utilizar estos limpiadores únicamente disminuimos la cantidad de microorganismos en las manos, pero no se eliminan a todos.

Última actualización: 15 de octubre del 2014

Fuentes:

SUBSECRETARÍA DE PREVENCIÓN  
Y PROMOCIÓN DE LA SALUD

SALUD  
SECRETARÍA DE SALUD





## Investigación sobre la disposición de excretas para el Rotafolio (Anexo 4)

### Disposición de excretas.

#### Definición:

Es el lugar donde se arrojan las deposiciones humanas con el fin de almacenarlas y aislarlas para evitar que las bacterias patógenas que contienen puedan causar enfermedades. Se recomienda su uso: para la disposición de excretas de manera sencilla y económica; para viviendas y escuelas ubicadas en zonas rurales o periurbanas, sin abastecimiento de agua intradomiciliaria; en cualquier tipo de clima.

Los desechos humanos (excremento y orina) representan un riesgo para la salud si no se dispone sanitariamente, en ello se encuentra un gran número de microbios transmisores de enfermedades.

#### Clasificación:

- Letrinas con arrastre de agua:

Son aquellas en las que las excretas son arrastradas con ayuda del agua. Se usan mayormente cuando el abastecimiento de agua es intradomiciliaria.

- Letrina sin arrastre de agua:





Son aquellas en que las excretas son depositadas directamente en el hoyo. Se les llama también letrinas de hoyo seco. Se usa en zonas donde no hay abastecimiento de agua.

## Recomendaciones:

- Mantener limpio el sanitario de su vivienda.
- Lavar las manos con agua y jabón después de ir al baño y antes de comer y al preparar los alimentos.
- No arroje desperdicios, trapos, basuras, etc., en el interior del pozo y escusados. La puerta del baño o letrina debe permanecer cerrada.
- Evitar el fecalismo al aire libre.
- No emplear los desechos humanos como abono.
- Las letrinas no se deben construir en sitios de fácil inundación.
- Su instalación en suelos rocosos no es conveniente por las dificultades que ofrece.
- Cuando el terreno es montañoso la letrina se debe ubicar en una parte mas baja que la fuente de suministro de agua para evitar su contaminación.
- La distancia deseable con respecto a la vivienda es de 5 metros y con respecto a una fuente de agua 20 metros.
- Mantenga tapado el hoyo de asentamiento o bacinete con una malla.
- La letrina debe utilizarse únicamente para la disposición de excretas y orina.
- Si observe moscas en la letrina, agregue al pozo un vaso de aceite quemado o parafina líquida.
- Mantenga limpio el piso, las paredes y los alrededores de la caseta.
- La puerta debe permanecer cerrada.
- No arroje al pozo ningún desinfectante.
- Drene las aguas superficiales alrededor de la caseta.







- No descargue en el interior del pozo las aguas provenientes de la cocina, el lavadero, el lavamanos o las aguas lluvias.
- Cuando el pozo este casi lleno, excave uno nuevo y rellene el viejo con tierra.
- El pozo viejo debe permanecer tapado por lo menos durante dos años para después poderlo utilizar si se presenta la necesidad.

## Diseñadores:

Coordinación Estatal de Formación Continua de Maestros en Servicio

