

AUTONOMIA PERSONAL Y SALUD INFANTIL

LA HIGIENE INFANTIL



INTRODUCCIÓN

La higiene, entendida desde una perspectiva amplia, incluye la higiene corporal, del vestido, de la vivienda, del centro educativo... es una actividad educativa que se debe plantear desde edades muy tempranas. Su objetivo inmediato es conseguir el bienestar del niño.

Las actividades relacionadas con la higiene deben plantearse y repetirse diariamente, para que el niño poco a poco interiorice esa rutina y adquiera los hábitos relacionados con todos y cada uno de los aspectos relacionados con la higiene.

1. LA HIGIENE COMO NECESIDAD EN LA INFANCIA

Como ya vimos en temas anteriores, para que niños y niñas alcancen un desarrollo integral se deben cubrir todas sus necesidades básicas, entre las que se encuentran la higiene, ya que ésta es imprescindible para una buena salud física, contribuye a un desarrollo armonioso de la personalidad y facilita la sociabilidad y convivencia.

Entendemos por **higiene**, en un sentido amplio, al conjunto de conocimientos y técnicas dirigidas al control de aquellos factores nocivos, o potencialmente nocivos, para la salud de las personas, con el objetivo de conservar y mejorar la salud y prevenir enfermedades. De forma más específica se puede hablar de higiene personal, higiene laboral, higiene alimentaria, higiene postural, etc.

La higiene infantil tiene como propósito proteger el cuerpo del niño o la niña de agentes infecciosos mediante el aseo y la limpieza corporal, lo cual debe contribuir, además, a un incremento del bienestar general.

Por otro lado, dentro del contexto educativo, se debe procurar, no solo que niños y niñas gocen de óptimas condiciones higiénicas, sino también transmitir la idea de que la higiene es básica para la salud y la imagen personal, fomentando hábitos higiénicos en coordinación con las familias.

De este modo, la escuela infantil se ocupará en su relación con niños y niñas de la **higiene personal**, trabajando aspectos como el aseo corporal y el arreglo personal (vestido, calzado, etc.), y de la **higiene ambiental**, comprometiéndose con exigentes normas de higiene en la escuela, asesorando a las familias y promocionando la higiene medioambiental.

2. PRÁCTICAS CONCRETAS DE HIGIENE EN EL ÁMBITO DE LA EDUCACIÓN INFANTIL

Las acciones dirigidas a cubrir las necesidades de higiene en los primeros años de vida por parte de los educadores y educadoras infantiles se dividirán, por un lado, en el

mantenimiento de la higiene general de los niños y niñas, y por otro, en la instauración de hábitos de autonomía en relación al aseo y arreglo personal.

A su vez, la escuela infantil, como un espacio promotor de salud, tiene un cometido de concienciación y asesoramiento en cuanto a prácticas higiénicas, por lo que resulta evidente la necesaria colaboración con las familias.

Por último, el espacio educativo ha de ser un ejemplo de higiene y salubridad, por lo que se torna imprescindible una limpieza en el centro infantil que abarque todos los ámbitos, desde las aulas, materiales, etc., hasta la higiene y actitudes de todo el personal que trabaje en la escuela.

Aseo e higiene personal	Baño, ducha o aseo de la piel Higiene de los órganos sensoriales Peinado Cambio de pañales Vestir y desvestir a los bebés
Hábitos de higiene	Aseo corporal Vestido Uso correcto del inodoro Control de esfínteres
Higiene ambiental	Cumplimiento de la normativa Limpieza de espacios, materiales y juguetes Cambio ropa de cama Higiene de los/as educadores/as Higiene medioambiental Higiene alimentaria
Familias	Asesoramiento e información Colaboración para la adquisición de hábitos Detección de trastornos o problemas de higiene

3. ASEO E HIGIENE PERSONAL

En este punto nos centraremos en las tareas relacionadas con el aseo corporal, en cuanto a la correcta limpieza de todo el cuerpo (piel, uñas, pelo y órganos sensoriales) que se ha de llevar a cabo diariamente, pues no solo previene infecciones, sino que genera bienestar, como se ha indicado anteriormente. Los aspectos relacionados con el vestido y el calzado los veremos de forma específica en el apartado siguiente.

*Es necesario lavarse bien las manos con agua y jabón a la hora de realizar las tareas de aseo, especialmente en relación al cuidado del bebé.

3.1. ASEO DE LA PIEL: BAÑO Y DUCHA

Aunque actividades como el baño o la ducha son propias del entorno familiar, los educadores y educadoras infantiles se pueden encontrar con circunstancias en las cuales deban responsabilizarse de estas tareas.

En términos generales, el objetivo del baño es mantener la piel limpia e hidratada, sin olvidar que es un momento con un componente socioafectivo muy importante, en el cual se afianza en vínculo con el adulto. Por este motivo es conveniente hacer del baño un momento agradable y lúdico.

En el caso del **baño del bebé** las pautas a seguir son las siguientes:

- Antes de iniciar el baño, asegurarse que la temperatura de la habitación está entre los 21 y los 24 grados centígrados.
- Preparar todo el material necesario para el baño (bañera infantil, gel con pH adecuado, esponja natural, champú infantil, crema corporal, toalla, etc.)
- Asegurarse que el agua está a una temperatura entre 32 y 36 grados centígrados. Se debe utilizar un termómetro de baño o, en su defecto, el codo o la parte interior de la muñeca para comprobar que la temperatura es la apropiada.
- Introduciremos al bebé en la bañera sujetando con un brazo su cabeza, nuca y hombros, y con el otro brazo sus nalgas o tobillos. De esta forma evitaremos lesiones o accidentes.
- El procedimiento adecuado para bañar al bebé es utilizar un brazo para sujetar hombros y cabeza y usar la mano del brazo que queda libre para lavarlo. Procurar no prolongar el baño
- Lavaremos al bebé de arriba abajo, es decir, empezaremos por la cabeza, seguiremos por el pecho y las extremidades superiores y terminaremos por las piernas y pies. Para lavarle la espalda y las nalgas le giraremos ligeramente.
- Una vez lavado, sacaremos al bebé suavemente de la bañera y le taparemos rápidamente con una toalla, asegurándonos de cubrirle bien la cabeza, que es por donde los bebés pierden gran parte de su calor corporal.
- Secar bien todo el cuerpo a base de ligeros golpecitos con la toalla, ya que si frotamos podemos provocar irritaciones en la piel. Es importante secar bien todos los pliegues de la piel del bebé para evitar hongos y escoceduras.
- Finalmente, procederemos a aplicar crema hidratante por todo el cuerpo a base de suaves masajes.

En cuanto al aseo, baño o ducha de niños y niñas hasta los seis años de edad deberemos tener en cuenta:

- Seguir usando jabones y cremas con un pH adecuado, atendiendo además al tipo de piel (normal, seca o grasa).
- Hacer del baño un momento divertido. Cuando el niño o la niña ya se sostiene sentado se puede utilizar una sillita de baño para que tenga las manos libres y jugar con distintos juguetes de baño.
- Según se vaya creciendo iremos dejando más iniciativa a niños y niñas en el baño o ducha, asegurándonos que saben seguir las normas e instrucciones dadas y supervisando en todo momento el proceso. A partir de los seis años, ya se podrán duchar o bañar solos/as, aunque pueden seguir precisando ayuda para salir o entrar de la bañera, regular la temperatura, etc.
- Se deben extremar las precauciones para evitar accidentes
- Es recomendable tener un horario fijo para la ducha y el baño. La tarde/noche es un buen momento, ya que propicia un momento de relajación que facilita el sueño.

3.2. HIGIENE DE OJOS, NARIZ Y OÍDOS

Además del aseo de la piel, es adecuado prestar especial atención a la higiene de los órganos sensoriales. En la tabla siguiente se muestra un resumen con los aspectos más importantes en relación a la higiene de ojos, nariz y oídos.

HIGIENE DE ORGANOS SENSORIALES	
OJOS	<ul style="list-style-type: none"> • Con el bebé debemos utilizar una gasa húmeda desde el lagrimal hacia afuera, llevando hacia afuera las legañas que se hayan formado. • No utilizar jabón y secar suavemente con una gasa o toalla. • Con niños y niñas más mayores podemos limpiar los ojos directamente con agua. • Adoptar otras medidas como el uso de luz adecuado, mantener una distancia adecuada con el televisor o evitar la fatiga visual. • Someterse de forma periódica a revisiones oftalmológicas.
NARIZ	<ul style="list-style-type: none"> • Cuando existe un exceso de mucosidad y no se elimina fácilmente se aplicará suero fisiológico y/o agua de mar en las fosas nasales. • Para eliminar los mocos que aún permanecen en las fosas nasales, utilizaremos un aspirador nasal. • Los niños y niñas más mayores deben adquirir la costumbre de llevar pañuelos limpios y aprender a limpiarse la nariz, además de no tocarse la nariz con los dedos sucios.
OÍDOS	<ul style="list-style-type: none"> • Se ha de limitar a las zonas exteriores, pues el oído interno tiene su propio sistema de limpieza. • No debemos usar bastoncillos (sí acaso los que vienen provistos de un tope). • Para su limpieza se aconseja usar una gasa o toallita húmeda. • En el momento del baño es importante que no se mojen los oídos del bebé.

- En niños y niñas más mayores, hay que evitar la entrada de agua en el conducto auditivo, para lo cual hay que inclinar la cabeza hacia el lado que se está limpiando.

*Además del aseo corporal completo, los niños y niñas deben lavarse la cara por las mañanas y lavarse las manos siempre que estén sucias y antes y después de cada comida.

3.3. HIGIENE BUCODENTAL

La higiene bucal es conveniente iniciarla desde el nacimiento, aunque el bebé no tenga dientes, pues es adecuado eliminar los residuos de leche materna o de fórmula y evitar así infecciones o las caries de aparición temprana. En este sentido, se deberá pasar una gasa humedecida por las encías después de cada comida y antes de ir a dormir. Para ello, colocaremos al bebé en posición horizontal ladeando su cabeza, abriremos su boca y con una gasa húmeda y haciendo gancho con el dedo, procederemos a extraer los restos de comida. Finalmente, con otra gasa limpia y húmeda limpiaremos la boca y los labios.

A partir del año y medio ya es apropiado iniciar el cepillado de dientes, especialmente después de cada comida y antes de ir a dormir, utilizando siempre un cepillo y una pasta dentífrica adecuados a la edad. Al principio el cepillado lo realizará el adulto, hasta que el niño o la niña se interesen por el proceso y sean capaces de realizarlo de forma autónoma.

Según el niño o niña vayan ganando destreza irán mejorando la técnica del cepillado. Cuando son muy pequeños se planteará un cepillado a partir de movimientos circulares y pequeños. Después el cepillado se hará más preciso, limpiando desde la encía hasta el borde del diente por ambos lados.

3.4. HIGIENE DE CABELLO Y UÑAS

Otro aspecto importante del aseo corporal es el peinado. En bebés se hace imprescindible el peinado diario del cabello después del baño, ya que evita o reduce la producción de costra láctea, un exceso de grasa del cuero cabelludo. Utilizaremos un cepillo de cerdas muy suaves o un peine con las puntas redondeadas. Además, evitaremos el uso de colonias sobre la piel o el pelo del bebé, optando por aplicarla sobre la ropa.

En cuanto al lavado del cabello, se aconseja un uso de champú limitado a unas tres veces por semana, ya que influye negativamente al aceite natural producido por el organismo para mantener hidratado y fuerte a los capilares.

En niños y niñas más mayores, la limpieza debe realizarse mediante un suave masaje con las yemas de los dedos, evitando el uso de las uñas que podrían producir lesiones en el cuero cabelludo. Finalmente, se llevará a cabo un aclarado con agua abundante hasta eliminar la totalidad del champú.

En cuanto a la higiene de las uñas, hay tomar en consideración que éstas retienen bastante suciedad y que los niños y niñas se las llevan frecuentemente a la boca, por lo que su limpieza resulta muy importante para evitar la transmisión de gérmenes y problemas gastrointestinales.

En términos generales, las uñas de manos y pies se han de mantener cortas y limpias, por lo que, además de usar agua y jabón, es recomendable usar un cepillo de cerdas suaves que faciliten su limpieza sin causar daño. Para su corte, utilizaremos unas tijeras de punta roma, cortando las uñas de las manos de forma redondeada (siguiendo la línea del dedo) y las uñas de los pies de forma recta, para evitar la aparición de uñeros.

3.5. CAMBIO DE PAÑALES

Durante los primeros años de vida, una de las actividades más repetidas en cuanto a la higiene personal es el cambio de pañal, por lo que educadoras y educadores infantiles deben saber cómo realizarlo.

El cambio de pañal se llevará a cabo en una zona separada de aula convenientemente preparada. En relación a los bebés, el cambio se realizará después de cada ingesta, antes y después de dormir y siempre que se compruebe que está incómodo y sucio. Según se va creciendo la necesidad de cambio de pañales será menor, ya que decrece el número de deposiciones.

*Es conveniente que la zona de cambio de pañal se contigua al aula, con una separación que permita ver lo que ocurre en el aula (ventanales o mampara).

La metodología que seguiremos para el cambio de pañal es la siguiente:

- Preparar todo el material antes de iniciar el cambio de pañal: cambiador, protector, pañal limpio, toallitas desechables infantiles o recipiente con agua tibia y esponja natural y crema protectora.
- Asegurarnos que la temperatura de la sala está entre los 21 y 24 grados centígrados.
- Como siempre, lavarnos bien las manos con agua y jabón antes de iniciar el proceso. Se recomienda también el uso de guantes de látex.
- Tumbiar al bebé boca arriba y retirar la ropa desde la cintura hasta los pies.
- Para retirar el pañal sucio se levantarán los pies del bebé con una mano, de tal forma que se levante la pelvis. Esta acción se repetirá a la hora de poner el pañal limpio.

- Se retirará el pañal sucio y se empezará la limpieza de toda la zona (incluyendo tripa y muslos), siempre de delante hacia atrás en el caso de las niñas (de la vagina al ano) para evitar extender suciedad y bacterias a la zona genital. En el caso de los niños, se pondrá especial cuidado en la zona de los testículos, para que no quede suciedad por los pliegues.
- Una vez limpia la zona se seca adecuadamente, poniendo especial atención a los pliegues de la piel, y se aplica crema protectora por toda la zona. No se recomienda utilizar polvo de talco, ya que reseca la piel.
- Por último, se coloca el pañal limpio. Levantaremos de nuevo los pies del bebé para colocar debajo el pañal, quedando la parte superior a la altura de la cintura del bebé. Después levantaremos la parte delantera del pañal y lo cerraremos con las cintas adhesivas de los laterales, observando que no quede holgado ni apriete en exceso.
- El cambio de pañal es un magnífico momento para favorecer el contacto afectivo entre el bebé y el adulto, así aprovecharemos este momento para hacer caricias, sonreír, hablar, etc.

En las escuelas infantiles, suele ser la familia quien suministra los pañales, las toallitas y la crema hidratante, lo que implica una buena comunicación entre educadoras y educadores y la familia, para evitar que falten estos materiales, así como mudas limpias de repuesto.

3.6. VESTIDO, CALZADO Y OTROS OBJETOS DE USO PERSONAL

El vestido y el calzado hacen referencia al **arreglo personal**, que es un aspecto de gran relevancia que requiere la atención y coordinación por parte de los educadores, educadoras y las familias. Durante la etapa infantil se debe tener en cuenta una serie de recomendaciones:

- Las prendas de vestir deberán adecuarse al clima, ya que la vestimenta ha de proteger la piel y conservar su temperatura.
- Es preferible ropa de tejidos naturales, que faciliten la transpiración y reduzcan el riesgo de irritaciones y alergias.
- La ropa debe ser cómoda, facilitando los movimientos de niños y niñas.
- Se evitarán costuras demasiado gruesas, ya que son molestas y pueden producir irritaciones.
- Es conveniente el uso de prendas de vestir y sistemas de cierre que faciliten los procesos de vestido y desvestido.
- El calzado ha de ser cómodo, flexible y seguro, manteniendo una correcta sujeción a la altura del talón y permitiendo la movilidad de los dedos. De este modo, se facilitará el desplazamiento y evitaremos la aparición de rozaduras.

- Es adecuado un buen sistema de sujeción en cuanto al calzado, pero que a su vez resulte fácil de quitar y poner.

Por otro lado, una de las tareas que más tiene que repetir los educadores y educadoras infantiles es el **vestido y desvestido** de niñas y niños, especialmente en relación al cambio de pañales, ya que en ocasiones se mancha la ropa y tenemos que realizar un cambio completo.

El procedimiento para desvestir y vestir a niños y niñas es el siguiente:

- Asegurarnos que la temperatura de la sala está entre los 21 y 24 grados centígrados.
- Tener las prendas preparadas antes de iniciar el proceso, pues para evitar accidentes no debemos dejar al bebé solo bajo ningún concepto sobre el cambiador.
- Una vez puesto el pañal, se empezará a vestir al bebé de arriba hacia abajo. Empezaremos por abrir el cuello del *body* ampliamente para introducir la cabeza del bebé por él suavemente. Después recogeremos las mangas en forma de acordeón y cogemos la mano del bebé con cuidado sin soltarla hasta que esté fuera de la manga. Por último, se estira el *body* y se abrocha por su parte inferior.
- Pondremos camisetas, jerséis, etc., siguiendo el mismo proceso que hemos utilizado para poner el *body*.
- En cuanto a faldas, medias, pantalones, etc., introduciremos primero los pies y suavemente estiraremos la prenda hasta la cintura.
- Todo el proceso se realizará con movimientos suaves y sin dejar de agarrar al bebé en ningún momento.
- Conforme el niño y la niña ganen autonomía, es conveniente dejar que se pongan las prendas de vestir solos/as, aunque eso lleve más tiempo.

*Las prendas de vestir han de facilitar el vestido y desvestido, por lo que es recomendable sistemas de cierre como corchetes o tiras de velcro.

4. LA HIGIENE AMBIENTAL EN LA ESCUELA INFANTIL

Una adecuada higiene ambiental obliga a la escuela infantil a contar con todos los requisitos higiénicos para que niños y niñas desarrollen su actividad con toda normalidad y sin la preocupación de contraer alguna infección o enfermedad.

4.1. NORMATIVA EN MATERIA DE SEGURIDAD E HIGIENE

La escuela infantil debe procurar a los niños y niñas un espacio higiénico, confortable y carente de riesgos, por lo que deben cumplir con la normativa al respecto. En España las

cuestiones relativas a los espacios, seguridad e higiene de la escuela infantil parten del Real Decreto 1004/1991, de 14 de junio, por el que se establecen los requisitos mínimos de los centros que impartan enseñanzas de régimen general no universitarias. Esta normativa estuvo en vigor hasta la entrada de la LOE, que trasladó a las comunidades autónomas la cuestión normativa a este respecto, aunque dichas normativas autonómicas no difieren significativamente del Real Decreto mencionado anteriormente.

DECRETO 12/2008, de 14 de febrero, por el que se determinan los contenidos educativos del primer ciclo de la Educación Infantil en la Comunidad de Castilla y León y se establecen los requisitos que deben reunir los centros que impartan dicho ciclo.

Veamos algunos ejemplos:

Artículo 8.– Instalaciones y condiciones materiales de los centros completos.

1.– Sin perjuicio de lo dispuesto en los artículos 11 y 12 del presente Decreto, los centros deberán contar con un mínimo de tres unidades y reunir los siguientes requisitos referidos a instalaciones y condiciones materiales:

a) Ubicación en locales de uso exclusivamente educativo y con acceso independiente desde el exterior.

b) Una sala por cada unidad con una superficie de dos metros cuadrados por puesto escolar y que tendrá, como mínimo, 30 metros cuadrados. Las salas destinadas a niños menores de dos años dispondrán de áreas diferenciadas para su descanso e higiene que dispondrá, al menos, de un lavabo.

c) Las salas destinadas a niños menores de un año tendrán un espacio diferenciado para la preparación de alimentos, con capacidad para los equipamientos que determine la normativa vigente.

d) Una sala de usos múltiples de 30 metros cuadrados que, en su caso, podrá ser usada como biblioteca y como comedor.

e) Un patio exterior de juegos por cada nueve unidades o fracción, que durante su utilización, deberá ser de uso exclusivo del centro, y con una superficie mínima de 75 metros cuadrados. En el caso de un centro situado en el mismo edificio o recinto escolar que un centro de Educación Infantil de segundo ciclo o de Educación Primaria, el patio de juegos de éstos cubre las exigencias del patio del centro que imparte Educación Infantil de primer ciclo, siempre que se garantice su uso en horario independiente.

f) Un aseo por sala que esté destinada a niños de dos a tres años, que deberá ser directamente visible y accesible desde la misma y que contará al menos con dos lavabos

y dos inodoros. Este aseo podrá ser compartido por varias salas, siempre que se aseguren las condiciones anteriores para cada una de ellas.

g) Un aseo para el personal, separado de las unidades y de los servicios de los niños, que contará con un lavabo, un inodoro y una ducha.

h) Zona de administración con despacho de Dirección. Ésta podrá ser única cuando en el mismo edificio estén ubicados los dos ciclos de Educación Infantil.

2.– Los diferentes espacios educativos serán independientes entre sí, debiendo tener acceso directo desde los espacios propios de circulación. La sala de usos múltiples podrá estar directamente abierta a las aulas, sin que compute como superficie de la sala el espacio destinado a circulación y acceso al resto de los espacios.

3.– Todos los espacios educativos deberán contar con ventilación e iluminación natural suficiente y deberán tener una geometría adecuada para la práctica educativa. Se consideran mínimas una iluminación natural de un décimo de la superficie de la sala, y una ventilación natural de un veinteavo.

4.– Además de los requisitos establecidos en este Decreto los centros deberán reunir las condiciones de accesibilidad, habitabilidad y seguridad que se señalen en la legislación vigente.

Artículo 12.– Requisitos de los centros incompletos.

1.– Los centros incompletos a los que se refiere el artículo anterior deberán contar, como mínimo, con las siguientes instalaciones y condiciones materiales:

a) Ubicarse en locales de uso exclusivo y con acceso independiente desde el exterior.

b) Una sala por cada unidad, con una superficie, de al menos, metro y medio cuadrado por puesto escolar, y que tendrá como mínimo 30 metros cuadrados.

c) Aseos y servicios higiénico-sanitarios en número adecuado a la capacidad del centro, debiendo estar éstos separados de los aseos del personal.

d) Despacho de administración y Dirección, de tamaño adecuado al número de unidades autorizadas.

e) Un espacio de juegos al aire libre, de tamaño adecuado al número de puestos autorizados y no inferior a 20 metros cuadrados, que podrá estar, excepcionalmente, ubicado fuera del recinto escolar, siempre que en los desplazamientos de los niños se garantice su seguridad, no sea necesario transporte escolar, y esté ubicado en el entorno del centro. Esta excepcionalidad será aplicada por circunstancias que así lo justifiquen y

que serán valoradas y debidamente informadas por la Dirección Provincial de Educación correspondiente.

2.– Los requisitos relativos a los profesionales del centro serán los previstos en el artículo 10 del presente Decreto, salvo en lo que se refiere a su número total, que bastará con que sea igual al del número de unidades en funcionamiento.

4.2. HIGIENE DE INSTALACIONES Y UTENSILIOS

La higiene en una escuela infantil ha de ser integral, desde las aulas, la cocina o los baños hasta los juguetes o materiales de trabajo. A su vez, no solo hay que focalizar la atención en la limpieza de las instalaciones y utensilios, sino que se debe preservar la higiene de las condiciones ambientales, garantizando una correcta iluminación, una temperatura adecuada en cada espacio y una ventilación periódica.

La limpieza del centro infantil debe ser metódica y profesionalizada. En este sentido, es conveniente que las escuelas infantiles cuenten con un servicio de limpieza que establezca un programa de trabajo organizado, basado en métodos y protocolos específicos que garanticen la limpieza, la desinfección e higienización de los distintos espacios, utilizando productos adecuados que no dejen residuos ni olores agresivos.

La desinfección de superficies y materiales supone una actuación básica para evitar la proliferación de gérmenes, que son los causantes de la propagación de múltiples enfermedades. Es necesario dedicar especial atención a las superficies que se encuentran en contacto directo con los niños y niñas, ya que serán las de mayor probabilidad tengan de estar contaminadas (juguetes, colchonetas, barrotes de las cunas, cambiadores de pañales, hamacas, etc.)

La limpieza diaria con agua y jabón es un método muy útil para eliminar los gérmenes de las superficies en la escuela infantil. Sin embargo, algunos objetos y superficies deben ser desinfectados después de limpiar con agua y jabón, lo cual implica una planificación y un establecimiento de procedimientos que ataquen los gérmenes con garantía.

4.3. DETERMINACIÓN DE INSTALACIONES Y MATERIALES PARA LA HIGIENE

En cuanto a la organización de espacios y recursos para la satisfacción de las necesidades básicas y la adquisición de hábitos en relación a la higiene, ya hemos ido mencionando algunos de ellos a lo largo de diferentes apartados de este capítulo. Entre ellos destacamos los siguientes:

- Aseos adaptados a niños y niñas para fomentar su autonomía en su aseo personal
- Espacios para el aseo y cambios de vestimenta de niños y niñas, provistos de estanterías con todos los materiales necesarios.

- Las salas estarán adecuadamente acondicionadas, permitiendo una ventilación frecuente, un temperatura adecuada (22°C aproximadamente), una buena iluminación (preferiblemente luz natural), una humedad que oscile entre el 40% y el 70% y un aislamiento acústico apropiado.
- Contaremos con los utensilios adecuados para llevar a cabo las rutinas de higiene (Pastilla de jabón o jabón líquido, toallas personales, toallitas húmedas, peine, cepillo para las uñas, cepillos de dientes y vasos para el enjuague).

4.4. NORMAS DE SEGURIDAD E HIGIENE APLICABLES AL EDUCADOR O EDUCADORA INFANTIL

Las educadoras y educadores infantiles son los primeros que han de preservar la higiene en el centro infantil, tanto la personal como la ambiental, además de asegurarse que niños y niñas están en las condiciones higiénicas adecuadas. En términos generales, han de seguir las siguientes normas:

- Deberán cuidar su higiene y aspecto personal.
- Informar y acudir a los servicios sanitarios ante cualquier sospecha de enfermedad que pueda suponer un contagio a niños y niñas.
- Mantendrá hábitos higiénicos adecuados, que puedan servir además de modelo a las niñas y niños (utilización de pañuelos, taparse la boca al estornudar o toser, lavarse las manos, etc.)
- Llevará el pelo recogido, especialmente durante las comidas y el cambio de pañales.
- Deberán llevar las uñas limpias y bien cortadas siempre.
- Una de las funciones del educador/a es la de prevenir y detectar posibles infecciones, por lo tanto deberá realizar un control sobre las condiciones higiénicas de niños y niñas para evitar los contagios. En este sentido, la escuela exigirá a las familias un aseo correcto de los niños y niñas que acuden a la escuela, y si es necesario asesorará a la familia sobre la forma de llevarlo a cabo. En casos graves de negligencia o abandono físico, la escuela infantil deberá informar de la situación a los servicios sociales.

*Los educadores y educadoras infantiles deben actuar como agentes de salud, colaborando en la prevención y detección de situaciones de riesgo.