

Higiene Corporal

Bañarse seguido todos los días cuando haga calor. Bañarse después de trabajar duro o sudar. El bañarse seguido ayuda a prevenir infecciones de la piel, caspa, granos, comezones y ronchas.



Sonarse la Nariz

Sonarse la nariz, toser y estornudar. Sonarse la nariz, toser y estornudar propaga gérmenes.



Cabello

Es más fácil detectar piojos y sarpullidos en el cuero cabelludo cuando el pelo está limpio (lavar una o dos veces por semana) y cepillado. Su detección temprana hace posible un tratamiento temprano y reduce las posibilidades de enfermedades o el contagio a otros niños.



Uñas

A menudo, la suciedad y los gérmenes se esconden debajo de las uñas. Los niños se rascan sus órganos genitales, se meten las manos en el pañal y los dedos en la nariz, se rascan sarpullidos y se meten las manos en la boca. Si se mantienen las uñas de los niños cortas y limpias se reduce la posibilidad de propagación de los gérmenes a otras personas.



Higiene de artículos personales

La ropa debe estar limpia y ser cómoda y apropiada para la temperatura del entorno.



**ASEO
PERSONAL**

