

Lavado de las Manos: Edades de 5 a Kínder

La práctica de lavarse bien las manos hará lo siguiente:

- Luchará contra los gérmenes y ayudará a su niño a mantenerse saludable.
- Le dará a su niño una sensación de independencia.
- Le enseñará a su niño como cuidar de su propio cuerpo.



Ideas para probar con su niño:

- Establezca una rutina para el lavado de manos: elija un número de bombeadas de jabón y una canción de lavado de manos para asegurarse que su niño se talle con jabón el tiempo suficiente antes de enjuagarse. Pruebe con la canción del Abecedario o la de Estrellita.
- Asegúrese que su niño entienda que sus manos necesitan quedar completamente secas después de lavarlas.
- Cuando se encuentren en lugares públicos, decida sobre un determinado número de toallas de papel que utilizará.

Si su niño tiene dificultades:

- Pida que su niño le enseñe cómo se lava sus manos.
- Haga algo divertido donde tenga que ensuciarse las manos y luego lavárselas. Por ejemplo, trate de pintar con los dedos o con pintura pudín.
- Coloque una rutina de lavado de manos.

También:

- Saque libros de la biblioteca sobre los gérmenes y el lavado de manos.
- Ponga brillo, harina, o azúcar en la mano de su niño y dígame que siga jugando.
- Más tarde en el día, busque todos los lugares en donde está el brillo. Esto ayuda a que los niños se den cuenta como los gérmenes pueden propagarse si no se lavan sus manos.

El Departamento de Aprendizaje Temprano del Estado de Washington y el Distrito Escolar de Richland consideran que los padres, las familias, y los cuidadores son los mejores maestros de los niños pequeños. Esta guía de recursos, que forma parte de las *Bases Sólidas para la Escuela: Guía de Recursos para los Padres de Niños Pequeños*, destaca una habilidad clave de desarrollo para **los niños con edad de kínder** que los padres pueden



Adaptado de la Guías para el Desarrollo y Aprendizaje Temprano del Estado de Washington, 2012: "Uso de las prácticas para estar seguro y saludable" y "Comprender la importancia de cuidar de sí mismo y crecer cada vez más fuerte." *Creciendo Saludable, Edades de 5 a Kínder*, página 91

Ejemplo de la Rutina del Lavado de Manos

Lavarse las Manos

1. Abrir la llave del agua



2. Mojarse las manos



3. Tallar las manos con el jabón



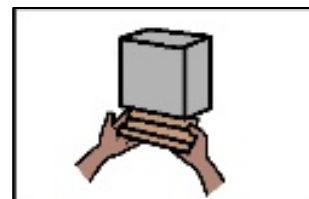
4. Enjuagar



5. Cerrar la llave del agua



6. Secar



Lavarse las Manos

Abrir la llave del agua

Mojarse las manos

Tallar las manos con el jabón

Enjuagar

Cerras la llave del agua

Secar