

¡Puedo lavar mis manos, solo con un poco de ayuda!

Cuando su niño se lava las manos por sí solo (con ayuda), él está:

- Mostrando que quiere hacer las cosas por su cuenta
- Disfrutando la sensación del agua y jabón
- Aprendiendo a seguir una rutina
- Aprendiendo que las manos limpias son importantes para la buena salud



Ideas para probar con su niño:

- Lavarse las manos es la cosa más importante que podemos hacer para mantenernos saludables. Ponga un taburete junto al lavabo para que su niño pueda alcanzar el agua, jabón y toalla. No se recomienda el jabón antibacterial.
- **Una rutina sencilla:** Abra la llave del agua; haga que el niño se ponga jabón en las manos y empiece a frotarse las manos juntas mientras canta “¡Las Mañanitas!” una vez o la canción del “Abecedario” una vez. Enjuague las manos y seque con una toalla.
- Lave siempre las manos: antes y después de comer; después de usar el baño (o tener cambio de pañal); después de jugar con las mascotas; después de venir de afuera o cuando las manos están sucias.

Si su niño tiene dificultades:

- Permita un poco de tiempo extra para jugar en el agua. Hable acerca de por qué nos lavamos las manos (para deshacernos de los gérmenes).
- Déjelo hacer lo que pueda por sí mismo.

También:

- Lea un cuento sobre el lavado de manos como: [Matar los gérmenes](#) por Melanie Mitchell, o [Si grande puede—yo también puedo!](#) por Beth Shoshan.

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 de 16 a 36 meses** que los padres pueden ayudar a mejorar en casa.



Adaptado de las *Guías para el Desarrollo y Aprendizaje Temprano del Estado de Washington, 2012*: “Lavar y secar las manos, con solo un poco de ayuda necesaria”. *Creciendo Saludable*, Edades de 16 a 36 meses, página 47