

REFLEXIONES SOBRE LA CAPACITACIÓN DEL MAESTRO COMO FACILITADOR DE LA HIGIENE ESCOLAR Y SUS INFLUENCIAS PARA PROMOVER LA SALUD DE LOS NIÑOS, ADOLESCENTES Y JÓVENES, UNA NECESIDAD SOCIAL
REFLECTIONS ON TEACHER TRAINING AS A FACILITATOR OF SCHOOL HYGIENE AND ITS INFLUENCES TO PROMOTE THE HEALTH OF CHILDREN, ADOLESCENTS AND YOUNG PEOPLE, A SOCIAL NECESSITY

Autores: ¹Yaquelmi Benítez Reyes, ²Karla Dariela Sierra Alarcón y ³Roberto Inocencio Chávez Chávez.

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-0778-6347>

³ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-2328-5526>

¹E-mail de contacto: ybenitezreyes@udg.co.cu

²E-mail de contacto: ksierraa@estudiantesudg.co.cu

³E-mail de contacto: rchavezc@udg.co.cu

Afiliación: ^{1*} ^{2*} ^{3*}Universidad de Granma, (Cuba).

Artículo recibido: 30 de Septiembre del 2024

Artículo revisado: 3 de Octubre del 2024

Artículo aprobado: 16 de Noviembre del 2024

¹Licenciada en Pedagogía egresada del Instituto Superior Blas Roca Calderio (Cuba). Posee una maestría otorgada por el Instituto Superior Blas Roca Calderio (Cuba) mención Máster en Psicología y Pedagogía.

²Estudiante de 3er año de la Carrera de Excelencia Licenciatura en Educación Preescolar de la Universidad de Granma, (Cuba).

³Licenciado en Cultura Física egresado del Instituto Superior Blas Roca Calderio (Cuba). Posee una maestría del Instituto Superior Blas Roca Calderio (Cuba) mención en Actividad Física Comunitaria.

Resumen

El trabajo ofrece reflexiones de la capacitación del maestro sobre la higiene escolar y su incidencia en el proceso docente educativo como excelente indicador de la calidad de la educación a partir de una fundamentación científica avalada por investigaciones que en este campo se han ejecutado. Las concepciones actuales sobre esta importante dimensión en la dirección educacional a la luz de las nuevas transformaciones que tienen lugar en la educación cubana. Se precisan los principios higiénicos de una organización escolar que preserve la salud, eleve la capacidad de trabajo y estimule conductas y hábitos para la formación integral de los niños, adolescentes y jóvenes, concibiendo como elemento fundamental al proceso docente educativo y su carácter sistémico; como necesidad social.

Palabras clave: Capacitación, Higiene, Salud, Organización, Escolar.

Abstract

The work offers reflections on teacher training on school hygiene and its impact on the educational teaching process as an excellent

indicator of the quality of education based on a scientific foundation supported by research that has been carried out in this field. The current conceptions on this important dimension in educational management in light of the new transformations that are taking place in Cuban education. The hygienic principles of a school organization that preserves health, increases the capacity for work and stimulates behaviors and habits for the comprehensive training of children, adolescents and young people are specified, conceiving the educational teaching process and its systemic nature as a fundamental element; as a social need.

Keywords: Training, Hygiene, Health, Organization, School.

Sumário

A obra oferece reflexões sobre a formação de professores em higiene escolar e seu impacto no processo educativo de ensino como um excelente indicador da qualidade da educação com base em uma fundamentação científica apoiada em pesquisas que têm sido realizadas neste campo. As concepções atuais sobre esta importante dimensão da gestão educacional à luz das novas transformações que ocorrem na

educação cubana. Os princípios higiênicos de uma organização escolar que preservam a saúde, aumentam a capacidade de trabalho e estimulam comportamentos e hábitos são especificados para a formação integral de crianças, adolescentes e jovens, concebendo o processo educativo-ensino e seu caráter sistêmico como elemento fundamental; como uma necessidade social.

Palavras-chave: Formação, Higiene, Saúde, Organização, Escola.

Introducción

La escuela cubana tiene la responsabilidad de instruir y educar a los niños, adolescente y jóvenes, preparándolos para la vida e inculcándoles valores a través de una educación que propicie su formación integral y que garantice un adecuado desarrollo físico que redunde en su estado de salud, y la organización escolar, incuestionablemente puede contribuir a este propósito.

Para ello la organización escolar garantiza las condiciones necesarias e imprescindibles que favorezcan una educación dirigida a desarrollar las posibilidades reales de cada escolar y a potenciar su desarrollo biopsicosocial, lo que incide en un adecuado estado de salud.

La organización escolar, se entiende como el funcionamiento óptimo de la institución educativa para el logro de sus objetivos, donde quedan implicados todos los recursos existentes utilizados de forma racional. La organización escolar debe atender a las características de los escolares y tener en cuenta las posibilidades máximas de desarrollo.

Según Fuentes Sordo O., García Batista G (2007) la organización científica de la vida de la escuela descansa en un régimen de vida adecuado de los niños y adolescentes, el que influye en su crecimiento y desarrollo, estado de salud y capacidad de trabajo.

El régimen de vida debe regirse por principios higiénicos como son: la organización prefijada de las actividades, alternancia racional y sistemática de las actividades y la dosificación de la carga física e intelectual. Desde el punto de vista práctico la correcta organización del régimen de vida debe atender los siguientes factores:

- Las potencialidades y particularidades del desarrollo morfofuncional por edades que le permitan al alumno enfrentarse con éxito a las actividades propuestas.
- Los efectos fisiológicos que provoca cada actividad hacen necesario tener en cuenta el consumo energético que ocasionan las diferentes actividades a que se enfrentará.
- El presupuesto real de tiempo de que se dispone atendiendo a las normas existentes.
- Las condiciones materiales existentes, cantidad y calidad de las instalaciones, de los locales, del equipamiento, las condiciones de vida y de trabajo en general.
- Atender a los principios higiénicos del régimen.
- Aspectos esenciales a considerar en la estructuración del horario escolar.
- Organización higiénica del ambiente escolar.

En aras de favorecer la salud, el desarrollo físico de los escolares, y la elevación de su capacidad de trabajo es necesario hacer coincidir y concordar el ritmo diario de funcionamiento del organismo con el régimen de vida en la institución educativa y el hogar.

Son numerosos los estudios y experiencias que abordan la capacitación de los maestros sobre la higiene escolar y sus influencias para promover la salud de los niños, adolescentes y jóvenes, evidencian la pertinencia y necesidad de dar

continuidad a investigaciones que profundicen en esta problemática.

Desarrollo

Al abordar la Capacitación de los maestros, los autores se refieren a las políticas y procedimientos planeados para prepararlos con los conocimientos, actitudes, comportamientos y habilidades necesarias para cumplir sus labores eficazmente en la sala de clases, escuela y comunidad escolar. La capacitación de los maestros juega un papel primordial para el logro de tareas y proyectos, en el entorno laboral y cumplir con el encargo social.

Dicha capacitación, en cualquiera de sus vías: programas, cursos, talleres, conferencias, congresos, posgrados, diplomados, permiten adquirir conocimientos teóricos y prácticos, para que los maestros actualicen sus conocimientos y adquieran nuevos, que fortalezcan su capacidad de respuesta ante los cambios del entorno o de sus requerimientos laborales, incrementen su desempeño dentro de la institución y estén más preparados para el día a día.

Para el maestro, obtener el beneficio del aprendizaje continuo es una oportunidad para mantener la idoneidad laboral y desarrollar e innovar en los procesos de trabajo. En este orden de ideas, la capacitación laboral busca que las tareas se realicen con calidad, productividad, estabilidad, permanencia y en un buen ambiente de trabajo. Entre los beneficios destacan:

- Calidad y mejora en las tareas,
- Reducción en tiempos y supervisión,
- Solución de problemas con diferente visión,
- Sensibilización ante nuevos retos,
- Desarrollo ético y motivación del personal,

- Creación de equipos de trabajo de alto desempeño,
- Seguridad y autoestima en los maestros,
- Mayor especialización.
- Mayor rendimiento.

Obviamente se aborda la capacitación, de los maestros, en el escenario específico de una institución educativa, que se refiere a un espacio especialmente estructurado y organizado, con objetivos y fines definidos que responde los objetivos trazados por el MINED y a las exigencias de la sociedad.

La capacitación de los maestros en una institución educativa dista de ser estática; es dinámica, multidisciplinaria e interactiva, implica movilidad y cambios constantes, lo que precisa de nuevos aprendizajes, por lo que nunca se termina de aprender; es por tanto una constante para el éxito en el cumplimiento de su Rol Profesional.

Los autores consideran la capacitación de los maestros un derecho, pero también una obligación: ofrece desarrollo y demanda compromiso; permite mantenerse actualizado y requiere de tiempo y espacio de quienes la reciben, para aprehender nuevas realidades. Por tanto, debe verse como un proceso de educación permanente, a lo largo de toda la vida. Así lo define de Añorga y col. (1995), cuando plantea que es: *“Proceso de actividades de estudio y trabajo permanente, sistémico y planificado, que se basa en necesidades reales y prospectivas de una entidad, grupo o individuo y orientado hacia un cambio en los conocimientos, habilidades y actitudes del capacitado, posibilitando su desarrollo integral, permite elevar la efectividad del trabajo profesional y de dirección.”*

Elementos comunes con esta definición, tiene la que propone la OEI (1999) cuando expresa que

la capacitación está dirigida a “... *elevar los niveles de competencia de las personas para el desempeño de las funciones laborales relacionadas con el proceso de producción de determinados bienes o servicios, para la gestión de ese mismo proceso, y para las tareas que implican su propio bienestar y desarrollo*”. Al capacitar a los maestros sobre la higiene escolar, contribuye a armonizar el trabajo entre el colectivo pedagógico y la familia para la educación y conservación de la salud de los niños, adolescentes y jóvenes.

Desde esta posición teórica y metodológica, y sobre la base de lo que se asume como actividad pedagógica, es preciso analizar los mecanismos de la actividad desde el enfoque de la Psicología marxista. La capacitación como actividad, es un sistema que posee contenidos (componentes) y funciones. Estos componentes son procesales e intencionales, estos últimos dan dirección, orientación y finalidad a la actividad, en tanto contienen los motivos y objetivos.

El proceso de capacitación como todo proceso educativo, tiene que ver con las relaciones que establecen los sujetos con los objetos y los sujetos entre sí, es decir, a través de la actividad y la comunicación, en tanto son ellas “... *los mecanismos psicológicos de formación y desarrollo de la personalidad... Ambas forman una unidad dialéctica.*”, (González, F., 1995). La capacitación es la adquisición de conocimientos técnicos, teóricos y prácticos que van a contribuir al desarrollo del individuo en el desempeño de una actividad. Martínez P. referenciado por Piñón, J. (2001) que hace un exhaustivo análisis sobre las implicaciones que trae la etimología del término, señalando que puede tener sentido de contención, – al ser llenada una carencia –; valorativo – al reconocer el sujeto esas carencias, – y de potencialidad –

al transformarse la persona a partir de la cualificación.

En la R.M. No. 21/1999 del Ministerio de Trabajo y Seguridad Social se plantea que la capacitación profesional es: “*Proceso permanente y planificado, concebido como una inversión para el desarrollo que llevan a cabo los organismos empresariales con el objetivo de que sus trabajadores adquieran y perfeccionen su competencia laboral, de modo que estén aptos para responder a las exigencias constantemente cambiantes del proceso productivo o de prestación de servicios de los que forman parte*”.

La concepción de la capacitación conlleva tener en cuenta en primer lugar, su carácter pedagógico. Ello implica la necesidad de precisar su finalidad, las leyes que explican su movimiento, y las categorías que, en su calidad de conceptos fundamentales, reflejan las relaciones que en dicho proceso se establecen, ya que “... *no puede existir una práctica educativa científica sin una teoría pedagógica sólida que la fundamente y responda a los requerimientos de esa práctica.*” Concebir la capacitación del maestro sobre la higiene escolar como necesidad social en tanto su concreción permite que el mismo como sujeto sociocultural se sienta realizado, capacitado y preparado para atender dicha situación y ser capaz de transformar, como ente activo dentro de la sociedad. De ahí la necesidad de una nueva concepción para mejorar la preparación del maestro, que posibilite la transformación positiva del medio.

Reflexionar en torno a la necesidad social de capacitar al maestro sobre la higiene escolar, para que puedan cumplir con éxito su rol profesional y social. La higiene escolar dentro de las ciencias de la educación aporta a la

formación del hombre, leyes, regularidades, principios, normas y reglas para la conservación y fortalecimiento del estado de salud de niños, adolescentes y jóvenes.

El propósito más general de los estudios de higiene escolar es conocer la influencia de los factores de todo tipo que conforman el ambiente en que vive y se educan los niños, adolescentes y jóvenes; cómo conservar la salud teniendo en cuenta su desarrollo físico y psicosocial. Partiendo que la ciencia tiene la función de construir nuevos conocimientos que le permiten al sujeto cognoscente describir, explicar, predecir y transformar la realidad. Definida según F. Martínez, (1999 como *“Un multifacético y complejo fenómeno social que se expresa esencialmente como forma específica de actividad humana, la cual se manifiesta, simultáneamente, como: tradición acumulativa y sumaria de conocimientos lógicamente estructurados y teórica y/o prácticamente demostrados. La ciencia supone la búsqueda de la verdad a favor del rigor y la objetividad”*).

La higiene escolar como ciencia comprende, por tanto, el análisis de realidades de educación formal y no formal siempre que en ellas haya un proceso sistemático de aprendizaje. Los orígenes de la higiene escolar están muy relacionados con el propio surgimiento de la educación y la escuela. Se define como higiene escolar a la aplicación de los principios y preceptos de la higiene individual, y en parte pública, a las escuelas y los escolares que a ellas concurren. En la institución educativa está la mejor posibilidad de crear una verdadera conciencia sanitaria. A partir del correspondiente aprendizaje, se generan conductas positivas en los escolares, extensivas a la comunidad.

La educación, en su función preventiva, comprende la acción de los maestros que actúan en conjunto con la familia. El maestro tiene la oportunidad de influir en la manera de pensar de los escolares y de encaminar su acción, con el objetivo de alcanzar la salud individual y colectiva. Generalmente, otros autores definen la Higiene como el arte de conservar la salud, a lo que algunos añaden, y de perfeccionarla. En cuya definición se van revelando con claridad la importancia que tiene cuyo conocimiento que a todos los maestros interesa tan de cerca, por el capital interés que entrañan sus múltiples aplicaciones a la vida fisiológica y aún, en un sentido más elevado, a la psicológica.

El interés a que se refieren los autores es de un orden superior, toda vez que, según la definición que acaba de darse, el objeto de estudio de la Higiene es determinar las condiciones generales de la salud y los medios adecuados para conservarla, poniendo el organismo en las mejores condiciones posibles para el desempeño de sus funciones individuales y sociales.

Las sociedades desarrolladas presentan las mejores condiciones para realizar estudios de higiene escolar, no obstante, en los países del Tercer Mundo, su necesidad está dada por la implementación de estrategias para el mejoramiento de las condiciones sociales de los pueblos. En el contexto de los cambios sociales que se han operado en nuestro país, así como las transformaciones que impone la Revolución Científico-Técnica, la higiene escolar ha alcanzado un mayor desarrollo en comparación con períodos anteriores. Es por ello que el perfeccionamiento continuo del sistema educacional cubano está dirigido a la conservación del estado de salud de niños, adolescentes y jóvenes, su fortalecimiento y al máximo desarrollo de las potencialidades de

éstos, en pleno proceso de crecimiento y desarrollo.

Se plantean hoy a la higiene escolar una serie de tareas ante los cambios en las cargas físicas e intelectuales a que están sometidos los educandos, la creación de condiciones favorables en la base material de vida en la escuela, la organización racional del régimen de trabajo y descanso, la creación de mejores condiciones para la escuela de doble sesión, el seminternado y para las actividades extraescolares.

La higiene escolar como ciencia tiene un objeto de estudio claramente definido: la relación del educando con su ambiente. En el contexto de esta relación ejercen su influencia múltiples factores, los que la ciencia higiénica estudia para descubrir leyes, regularidades, principios y reglas para asegurar la conservación y fortalecimiento de la salud de niños, adolescentes y jóvenes y su desarrollo pleno. En ocasiones se ha identificado higiene escolar con educación para la salud confundiendo los objetos de cada una de ellas. Como decíamos la primera se ocupa de la relación del educando con su ambiente, en cambio la otra se ocupa de las vías para que el sujeto interiorice cómo conservar y fortalecer de la salud. Lógicamente en el contexto escolar predominan todas las acciones educativas, sin embargo, si no se atienden a las leyes y regularidades que aporta la higiene escolar esas acciones serían vacías.

Resulta de esto último que, por sus fines, se refiere a la Higiene individual como a la social. Si la primera directamente mira a la del individuo, tiende también, mediante ella, a la conservación de la sociedad, en cuanto que ésta se compone de individuos; debiendo tenerse en cuenta que, para atender cumplidamente al primer fin, necesita preocuparse del segundo,

toda vez que, sin la observancia de ciertos preceptos higiénicos de carácter sociológico, la salud individual se halla en constante peligro.

De aquí que pueda afirmarse, que todo hombre es responsable, bajo ciertos aspectos, de su salud y de su vida, frente a frente de sí mismo y de la sociedad de que es miembro, y responsable también, en ciertos límites, de la salud y de la vida de los seres de quienes es guía y protector natural. Y he aquí por qué el conocimiento de la Higiene -o al menos de sus más elementales preceptos- se nos impone como un deber que a la vez es personal y social, según M. Cruveilhier

De las ideas expuestas hasta aquí se deriva que un problema fundamental de la higiene escolar es la correspondencia entre las posibilidades funcionales del organismo en desarrollo con las condiciones concretas del medio, la preparación funcional del organismo ante la influencia de los distintos factores. A este problema también aporta soluciones la educación para la salud. Ambos tienen un campo de acción muy próximo al accionar sobre grupos de sujetos similares y problemas comunes.

Los autores han revisado investigaciones, la exposición de antecedentes que tienen por objeto recoger las ideas principales que se desprenden de dichas fuentes en función del plan general de la preparación del maestro en educación para la salud. La preparación del maestro en educación para la salud varía hoy mucho de unos países a otros, debido a que son distintos también sus problemas sanitarios, lo mismo que sus antecedentes culturales, su grado de industrialización y su forma de gobierno.

Los países donde hay escuelas normales con un plan de estudios de cuatro años, que tienen tiempo y medios para llevar a cabo un programa bastante extenso de higiene personal del alumno y de su preparación en cuestiones de salud. Hay

países donde, hasta la fecha, no hay escuelas oficiales ni planes de estudios de maestros. En ellos, la capacitación del maestro, en materia de higiene escolar, sólo tiende a que pueda contribuir a solucionar problemas de salud graves y urgentes. Sin duda, es necesario elaborar un programa de capacitación detallado para el maestro, adaptado a las necesidades de los conocimientos que permitirán sobre higiene escolar como sustento de la educación para la salud.

La higiene promueve bienestar al sujeto y a la sociedad, muestra de esta relación de cuidado se presenta en la limpieza de lugares en los que niños, adolescentes y jóvenes pasan la mayor parte de su tiempo, lo cual intentó persuadir la limpieza en la escuela y en el hogar evitando el contagio. Ante esto, la formación del maestro requiere de conocimientos para maximizar el bienestar personal de los estudiantes por el cultivo de cuidados desde edades tempranas, esto posibilita que la persona realice, mínimas prácticas de aseo como defensa ante la posible aparición de enfermedades. Una de esas tareas del maestro en la escuela se concentra en inculcar a los niños, adolescentes y jóvenes todo lo que deben saber en materia de higiene personal.

La higiene personal se considera como el acto, generalmente autónomo, que un individuo realiza para mantenerse limpio y libre de impurezas sus partes externas. En algunas personas, bien sea por algún tipo de impedimento físico, se les dificulta. Para el aseo personal suelen usarse productos químicos tales como jabón, aceites, cremas, champú, entre otros. El aseo personal es muy recomendado por la ciencia médica. Ayuda a prevenir infecciones y otras molestias, especialmente cutáneas.

La higiene personal es el concepto básico del aseo, limpieza y cuidado del cuerpo. Aunque es una parte importante de la vida cotidiana en la casa, la higiene personal, dígame tener el pelo limpio y bien peinado y cepillarse los dientes entre otras; es importante para la salud y la seguridad de los escolares en la institución. Los escolares que prestan atención a su higiene personal pueden prevenir la propagación de gérmenes y enfermedades, reducir su exposición a productos químicos y contaminantes, y evitar el desarrollo de alergias a la piel, trastornos de la piel y sensibilidad a sustancias químicas.

El maestro, con una clase a su cargo, debe interesarse también por la higiene y la limpieza, por los hábitos higiénicos y el cumplimiento de las reglas elementales de salud pública. Es más, hoy se incluyen la educación física en los planes de estudios escolares, y, si bien la dirección de las clases sobre tal materia puede confiarse a un especialista, todos los maestros para cumplir esa misión tienen que observar posibles defectos de los alumnos, indicios de fatiga injustificada, etc.

Es por ello que es importante considerar, el comportamiento de la dinámica de la capacidad de trabajo, así como los niveles de fatiga, ya que estos constituyen parámetros necesarios para la estructuración del horario de vida y de los horarios docentes y en la planificación, organización y desarrollo de las diferentes actividades.

Todas las personas se han sentido fatigados en algún momento de sus vidas. Esta sensación de falta de energía es extremadamente común en la población general, que aparece después de la realización de esfuerzos extenuantes. La fatiga, además de ser un mecanismo de defensa del organismo, puede ser una respuesta natural a la actividad física y/o mental que demanda el ser

humano que se extiende más allá del cansancio y decaimiento que se consideran normales. No obstante, a esto, si estas definiciones son analizadas en su conjunto se llega a la conclusión que la fatiga es un complejo proceso que en general ocurre en el organismo a partir de un determinado desgaste en el nivel energético de la persona que realiza un trabajo determinado.

Esto equivale a decir que a todos los maestros les corresponde, en el cumplimiento de su Rol Profesional, conocer las causas desencadenantes de la fatiga, algunas de las causas comunes de fatiga incluyen:

- Falta de sueño: La falta de sueño adecuado y de calidad es una causa principal de fatiga. Dormir lo suficiente es esencial para que el cuerpo y la mente se recuperen y funcionen correctamente.
- Estrés: El estrés crónico, ya sea emocional o mental, puede llevar a la fatiga. Las preocupaciones, la ansiedad y la presión pueden agotar los recursos físicos y mentales del cuerpo.
- Enfermedades y condiciones médicas: La fatiga es un síntoma común de muchas enfermedades y afecciones médicas, como la anemia, la diabetes, las enfermedades cardíacas, la depresión, la fibromialgia y muchas otras.
- Inactividad física: La falta de actividad física regular puede llevar a una sensación general de debilidad y fatiga.
- Alimentación inadecuada: Una dieta pobre en nutrientes esenciales puede causar fatiga. La falta de vitaminas y minerales importantes puede afectar la energía y el rendimiento.
- Consumo de alcohol y drogas: El abuso de sustancias, incluyendo el alcohol y las drogas ilegales, puede contribuir a la fatiga.

- Cambios climáticos y estacionales: Algunas personas experimentan fatiga estacional, especialmente durante los cambios climáticos extremos.
- Medicamentos: Algunos medicamentos pueden causar fatiga como efecto secundario.

Cuando el maestro está capacitado sobre elementos del conocimiento de la Higiene Escolar es capaz de discernir cuales pueden ser los factores que, en las instituciones educativas pueden desencadenar la fatiga. Con el dominio de las causas que desencadenan su aparición está en condiciones de poder clasificar su causa y ante cualquier sentimiento de fatiga y malestar que no desaparezca con el descanso y la alimentación, sugiere que su educando requiere de atención médica. Los autores consideran que la fatiga aparece al disminuir la capacidad de trabajo.

La variación de la capacidad de trabajo de los niños, adolescentes y jóvenes debe tenerse en cuenta al planificar las actividades docentes, laborales, extradocentes y extraescolares, para aprovechar al máximo las posibilidades funcionales del organismo de los mismos y no afectar su estado de salud. La misma varía según la edad, el sexo, el horario del día, los días de la semana y en el año. Antropova M. (1978) define la capacidad de trabajo como la posibilidad que tiene un individuo en un momento determinado de desarrollar la energía necesaria que demanda una tarea o actividad y cumplirla con éxito. Por tanto, los autores consideran que los conceptos de Capacidad de trabajo y fatiga son la clave para intencionar la higiene escolar.

La higiene escolar estudia las influencias de las condiciones del ambiente natural y social sobre la salud de los niños, adolescentes y jóvenes;

además de la aplicación de medidas necesarias para que éstos adquieran los conocimientos hábitos y habilidades sin el deterioro de su salud. Por tanto, la capacitación el maestro sobre la higiene escolar y su incidencia en el proceso docente educativo constituye un excelente indicador para medir la calidad de la educación partiendo de una fundamentación científica avalada por investigaciones que en este campo se han ejecutado.

Sobre el término "capacitación", pueden encontrarse numerosas definiciones. Las que proponen los diccionarios enciclopédicos coinciden en que consiste en: *"hacer apto, en habilitar para hacer algo"*. Esta posición asume un carácter más general y rompe con la acepción más estrecha que tradicionalmente le confería, al asociarla sólo al desarrollo de habilidades específicas para la ejecución de determinada actividad, casi siempre de carácter práctico.

Siendo así los autores refieren que capacitar, al maestro, sobre los conocimientos de la higiene escolar contribuye al mejor desempeño profesional como protagonistas de la educación para la salud, trabajo preventivo y el autocuidado. Esta capacitación permitirá enriquecer el currículo de los maestros garantizando la adquisición de conocimientos, el desarrollo de hábitos y habilidades traducidos en actitudes normas de comportamientos propios del Rol Profesional del Maestro.

Al maestro para cumplir su encargo social se le exige una adecuada formación pedagógica general y especial que se concreta de manera creativa en la dinámica del proceso capacitación. De ahí que la organización científica del proceso de capacitación implique una organización desde el punto de vista higiénico, la cual está muy relacionada con uno

de los principios más importantes de la organización científica del trabajo, el principio de la optimización, que exige la selección de una variante óptima de la actividad y está basado en el planteamiento leninista acerca de que hay que aprender a elegir conscientemente los medios, los caminos, los métodos adecuados para conseguir los más grandes duraderos resultados con el menor gasto posible.

Les corresponde a los maestros impulsar, exigir y controlar que en las instituciones educativas exista una Higiene Escolar Óptima. Desde luego, ello supone la tarea de velar por la salud de los niños, adolescentes y jóvenes esté repartida entre los tres contextos de actuación la escuela, la familia y la comunidad, donde se encuentran los profesionales de la salud. La distribución equitativa de esa tarea varía según las circunstancias y sería imposible ofrecer a este respecto una solución general adaptada a todos los territorios. Donde se cuente con un servicio eficiente de salud pública e higiene escolar, el papel del maestro será distinto del que tendrá que desempeñar en lugares donde la escuela es la única institución social.

La higiene escolar responde a satisfacer las peculiares condiciones del lugar donde los niños, adolescentes y jóvenes deben pasar la mayor parte del día, y de la actividad que él ejercita, en la escuela. Siendo así se identifica la higiene escolar con educación para la salud, sin confundir los respectivos objetos de estudios de cada materia. En este sentido, la higiene se ocupa de la relación de los niños con su ambiente; en cambio, la otra se ocupa de las vías para que ellos interioricen cómo conservar y fortalecer su salud. La lógica, indica, que en las escuelas predominen las acciones educativas; sin embargo, si no se atienden adecuadamente a las leyes y regularidades de la higiene escolar, esas acciones no tendrían razón de ser.

Durante todo el proceso de crecimiento y desarrollo de los niños, adolescentes y jóvenes, transcurren paralelamente dos procesos: por un lado, su socialización, que va acompañada del incremento del círculo de factores materiales y sociales; y por otro, el crecimiento de sus posibilidades funcionales, lo que les permite reaccionar adecuadamente ante la influencia de estos factores. Del nivel de concordancia de estos procesos depende la relación del organismo en crecimiento con el medio, y como consecuencia, su estado de salud.

Los maestros en las escuelas también deben estar capacitado, básicamente para actuaciones prácticas en caso de accidente dentro del recinto escolar, en las excursiones y las actividades con escolares de vacaciones. La escuela, según doctrina higienista, que incluye edificio, mobiliario y material. Revisando las recomendaciones de los tratadistas y considerando que se trata de regular un espacio lo más aproximado posible al "medio natural", establecerá el deseable emplazamiento, orientación, materiales de construcción, dimensiones, distribución y aspecto general del edificio.

Sus tipos, teniendo en cuenta la población (rural o urbana), sus dependencias, entre las cuales el aula o aulas sólo es un espacio más, que incluirán vestuario, patios cubierto y descubierta, jardín o campo de recreo, sala de juego, gimnasio, comedor y cocina, retretes, lavabos y urinarios, habitación del maestro determinando las condiciones deseables del aula o la clase, qué dependiendo del número de alumnos (se determina el ideal) ha de normalizar la superficie y la forma para garantizar las condiciones acústicas, de iluminación (artificial y natural), ventilación, etc. Considerando el mobiliario escolar causa principal de las enfermedades escolares, el

pupitre constituye el tema estrella de la higiene escolar, que derrocha estudios experimentales y modelos-tipo adaptados a la anatomía y fisiología del escolar.

Durante el proceso docente educativo existen determinados factores de riesgo que pueden repercutir en el organismo. Ellos interactúan constantemente y determinan cambios adaptativos (orgánicos, psíquicos y sociales); si se logra un estado de equilibrio ambiente-organismo habrá salud, pero si el individuo no logra adaptarse, se producirán modificaciones (funcionales u orgánicas) de tal magnitud y duración que darán lugar a diferentes afecciones. Todo lo anterior motivó a los autores a describir ciertos aspectos relacionados con la higiene escolar y su influencia en el estado de salud físico y mental de niños, adolescentes y jóvenes, debido a la importancia que tiene el cumplimiento de las medidas de prevención y control establecidas, con lo cual se garantiza la calidad de proceso educativo.

Existe un grupo de factores ambientales propios de la actividad que se realiza en las instituciones educacionales dados por:

- La microlocalización,
- El abastecimiento de agua,
- La disposición de desechos líquidos y sólidos,
- El control de la contaminación del aire,
- El ruido,
- Los vectores,
- La iluminación,
- La ventilación

Además de los peligros potenciales de accidentes, los cuales, si no se cumplen los requisitos desde el punto de vista higiénico-sanitario, pudieran ocasionar daños para la salud. Un ejemplo clásico: si en un aula la iluminación es muy deficiente durante todo el

turno de clases, los alumnos tendrán que realizar un esfuerzo adaptativo de los componentes del ojo y de todo el aparato visual para poder ver las letras de los libros, de la pizarra, o la computadora; y ello producirá un cansancio progresivo de los músculos de los ojos, acompañado de cefalea, hiperemia conjuntival y aparición de fatiga visual que obligará a interrumpir la actividad.

Siendo así cuando en las escuelas hay dificultades con respecto a lo antes mencionado, inciden negativamente en la capacidad para el trabajo, recordando que es, conocida por la energía física e intelectual que permite enfrentar la dinámica de cualquier actividad. Al capacitar a los maestros se está propiciando el principio del bienestar laboral, pudiendo ser entendido como la capacidad física y mental presentados por el profesional de la educación para ejecución de las tareas, desde las exigencias del trabajo.

El nivel óptimo de la capacidad de trabajo o la aparición de la fatiga están condicionados por factores de carácter fisiológico (edad, sexo, condiciones de salud, alimentación); factores de carácter físico (iluminación, ruido, temperatura, ventilación, características del mobiliario y de los materiales escolares); factores de carácter psicológico (estado de ánimo, los estímulos, temor, estrés) y factores de carácter social (carga general de estudio y trabajo, su alternancia con el descanso). También se señalan como riesgos psicosociales las relaciones interpersonales, la carga docente y general, el régimen de vida del educando y el propio proceso docente educativo.

La capacitación de los maestros sobre la higiene escolar en los centros educacionales se hace necesaria para prevenir los efectos que puedan ser ocasionados por el ambiente escolar. La

salud de los escolares puede modificarse por la influencia de factores ambientales durante el dicho proceso, pero a su vez, el éxito en los estudios dependerá en gran medida del estado de salud que poseen los niños, adolescentes y jóvenes. Un maestro capacitado garantizará la óptima interacción del entorno y el organismo de los niños, adolescentes, jóvenes contribuyendo a la formación y desarrollo de la personalidad. Resumido ello es responder a la premisa Martiana que *“es prepararlos para la vida”*.

El trabajo desplegado en esta dirección por las universidades cubanas es revelado a través de las propuestas para la promoción de hábitos saludables y se destacan los programas dirigidos a prevenir las infecciones de transmisión sexual y SIDA (ITS/VIH), prevención del tabaquismo y alcoholismo, programa antidroga y calidad de vida. Sin embargo, el efecto positivo de estas acciones deviene en nuevas necesidades de aprendizaje en salud, lo cual no debe estar a merced de la aleatoriedad e interés personal de los educandos, o de la creatividad del docente, para contribuir a la formación de estilos de vida saludables.

Conclusiones

Con la capacitación de los maestros empieza la entrada de estudios que le fortalecerán para el desempeño de su Rol Profesional, lo que nos conduce a afirmar que el desarrollo profesional es uno, pero con diferentes etapas. La capacitación de los maestros sobre la higiene escolar en los centros educacionales se hace necesaria para prevenir los efectos negativos que puedan ser ocasionados por el ambiente escolar.

Motivar a los maestros para su capacitación sobre la higiene escolar, es necesario seleccionar

acertadamente, partiendo del diagnóstico de sus necesidades, los contenidos a abordar, las metodologías a desarrollar y de los sujetos destinatarios que participan. El maestro capacitado sobre la higiene escolar; protagoniza la transformación de la realidad social a través de las influencias como sujeto activo de aprendizaje con significatividad para la transformación y desarrollo personal y social.

La capacitación de los maestros se refiere a las políticas y procedimientos planeados para prepararlos con los conocimientos, actitudes, comportamientos y habilidades necesarias para cumplir su rol eficazmente en los tres contextos de actuación.

Bibliografía

- Alonso Rodríguez S. (2002). El sistema de trabajo del MINED. (*Tesis en opción al grado científico de Doctor en Ciencias Pedagógicas*). La Habana. Cuba: ICCP.
- Antropova V. (1980). Fundamentos de Higiene Escolar. La Habana. Cuba: Editorial Pueblo y Educación.
- Benítez Reyes, Y. (2020). Capacitación de los instructores educativos para la labor educativa en la residencia estudiantil en la universidad de ciencias pedagógicas Blas Roca Calderío. *Tesis presentada en opción al título académico de Máster en Investigación Educativa*. ICCP.
- Colectivo de autores (2007). La organización escolar de las instituciones educativas como un fundamento para las transformaciones educacionales. (*Proyecto de investigación*). La Habana. Cuba: ISPEJV.
- Colectivo de autores. (2007). Dirección, Organización e Higiene Escolar. La Habana. Cuba: Editorial Pueblo y Educación.
- Colectivo de autores. (2002). Selección de temas de Fisiología e Higiene Escolar. La Habana. Cuba: Editorial Pueblo y Educación.
- Colectivo de autores. (2007). Plataforma teórica y metodológica relativa a la organización escolar de los diferentes niveles de educación para mejorar la dirección en la implementación y desarrollo de las transformaciones educacionales. (*Proyecto de investigación: La organización escolar de las instituciones educativas como un fundamento para las transformaciones educacionales*). La Habana. Cuba: UCPEJV; p. 17 – 18.
- Elejalde Villalón O. (2007). Influencia de los factores físicos del ambiente en la salud escolar. Dirección, Organización e Higiene Escolar. (Cap. 16). La Habana. Cuba: Editorial Pueblo y Educación; p. 345.
- Colectivo de autores. (2016). Plan de estudio de la Educación Primaria. (1. Ed.). Perfeccionamiento del sistema educativo cubano. La Habana. Cuba: MINED; p. 7.
- Fuentes Sordo O., Batista García G. (2007). Organización e Higiene Escolar. ¿Para qué? Dirección, Organización e Higiene Escolar. (Cap. II). La Habana. Cuba: Editorial Pueblo y Educación; p. 253.
- Rizo Cabrera C et al. (2000) Hacia el perfeccionamiento de la escuela primaria. La Habana. Cuba: Editorial Pueblo y Educación.



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional. Copyright © Yaquelmi Benítez Reyes, Karla Dariela Sierra Alarcón y Roberto Inocencio Chávez Chávez.

