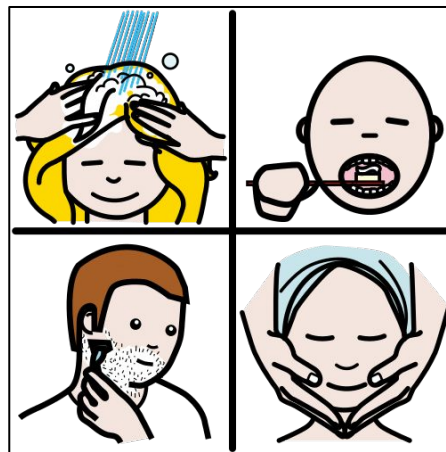
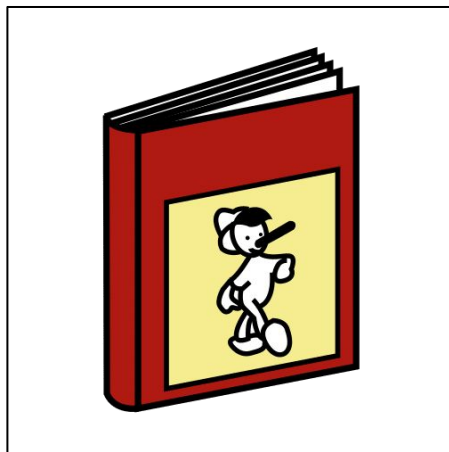


# TALLER DE HIGIENE PERSONAL Y BUCODENTAL

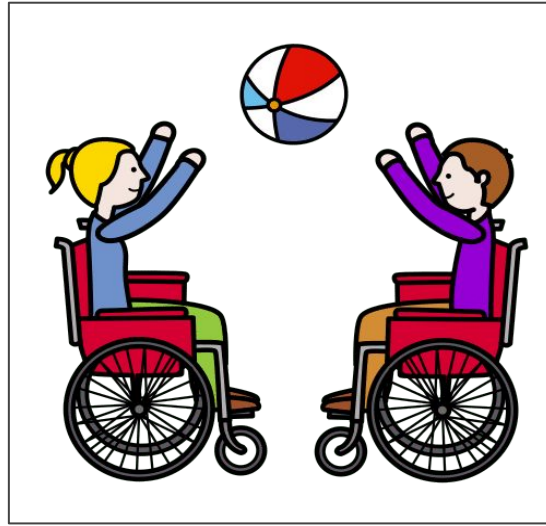
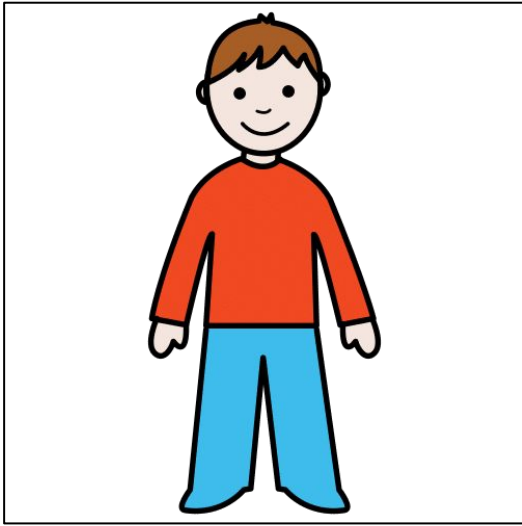


## Cuento de Las duchas de Martín

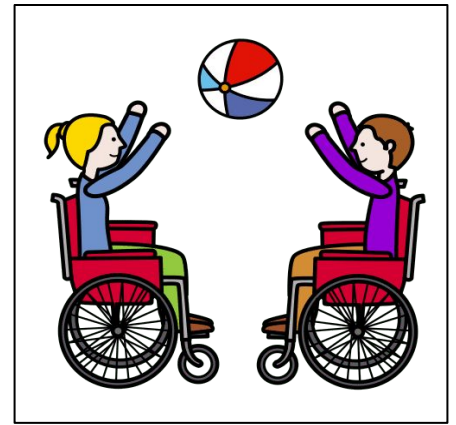
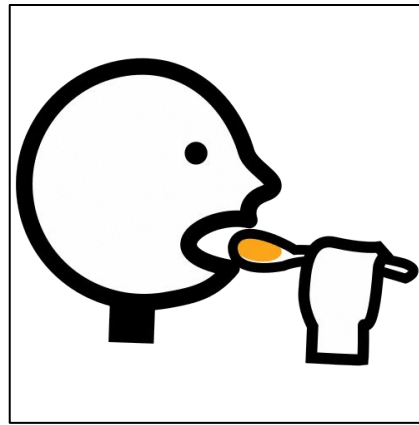
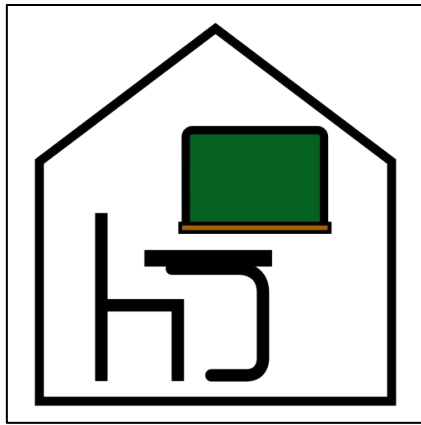
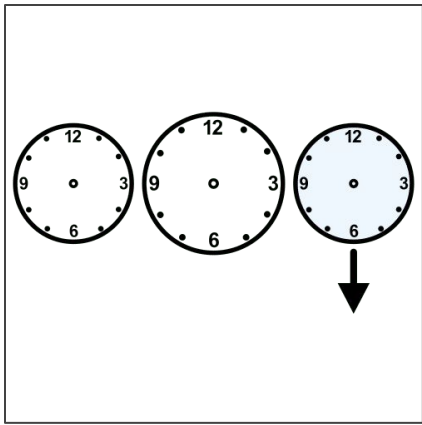
Historia y montaje : Sara Romera Agüero. Ana Gallego Riaño. Enfermeras Escolares.

Fotografías y fondos: google.es

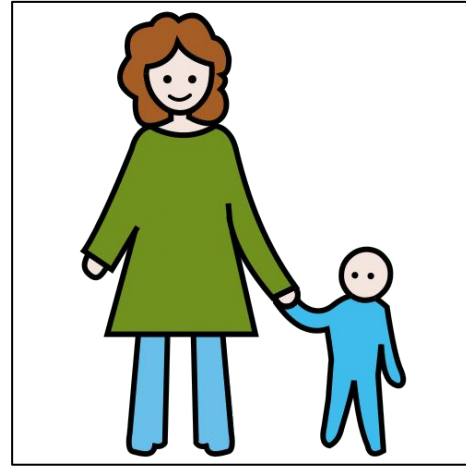
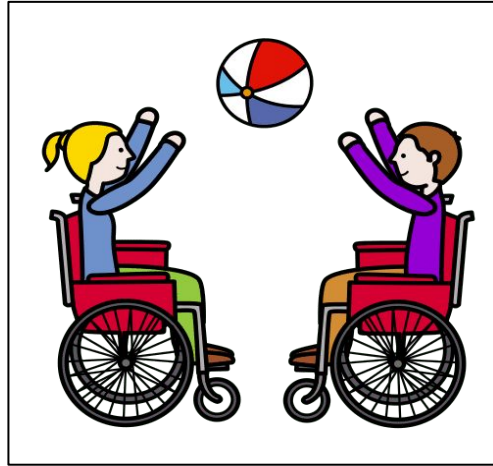
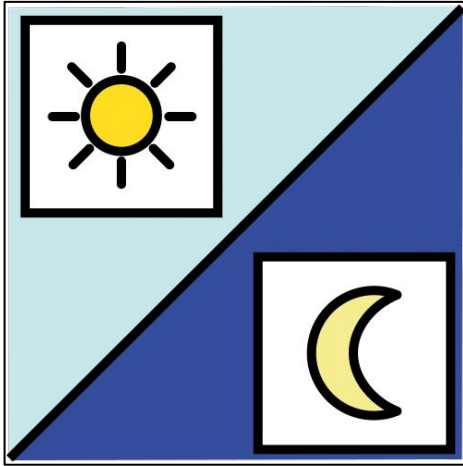
**Autor pictogramas:** Sergio Palao **Procedencia:** ARASAAC (<http://arasaac.org>) **Licencia:** CC (BY-NC-SA) **Propiedad:** Gobierno de Aragón



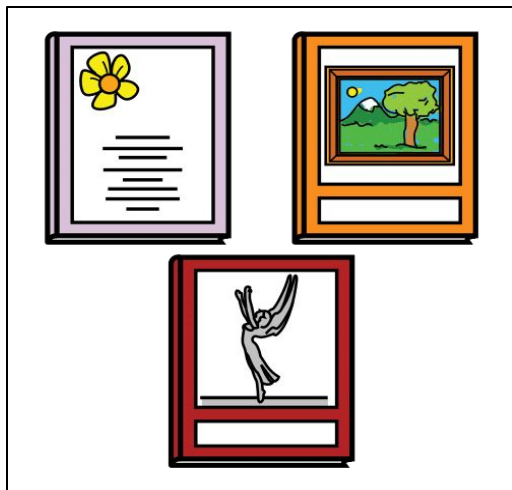
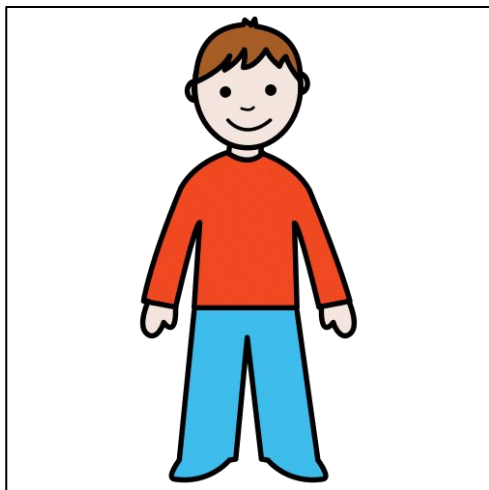
**MARTÍN ES UN NIÑO AL QUE LE ENCANTA JUGAR CON TODOS LOS NIÑOS QUE VIVEN CERCA DE SU CASA.**



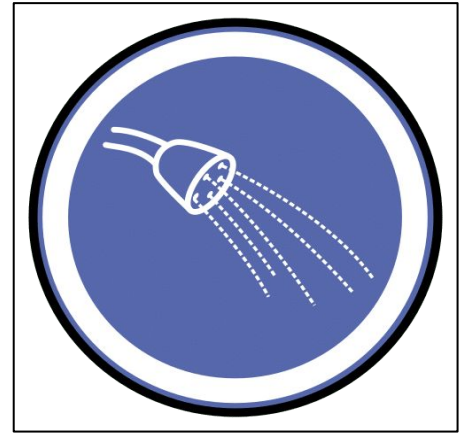
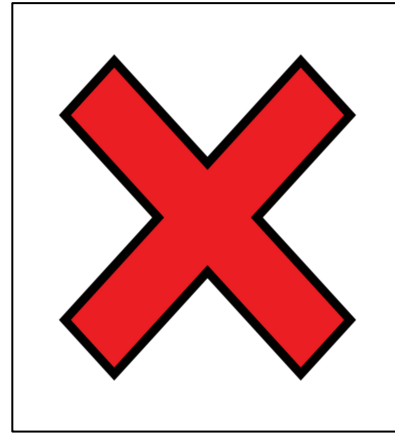
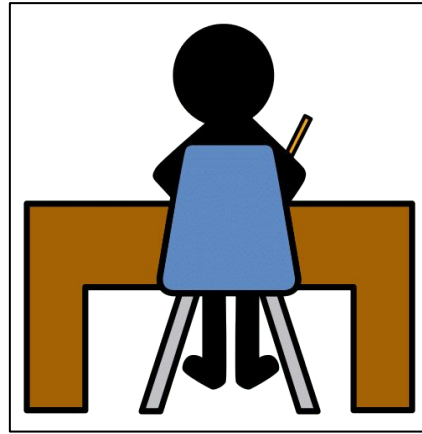
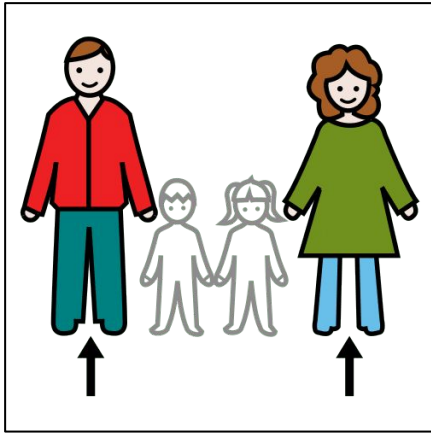
**DESPUÉS DEL COLEGIO, MARTÍN COMÍA RÁPIDAMENTE Y SALÍA CORRIENDO PARA IRSE A JUGAR CON TODOS SUS AMIGOS**



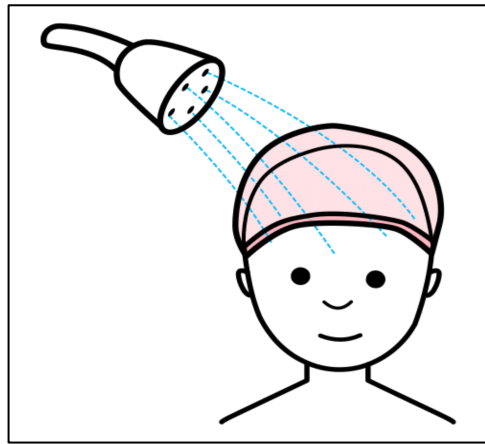
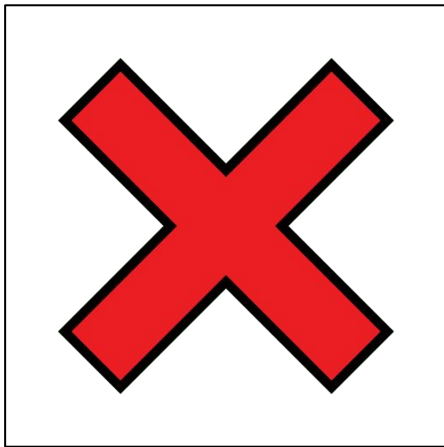
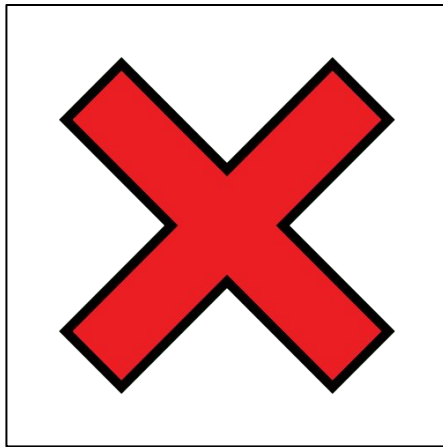
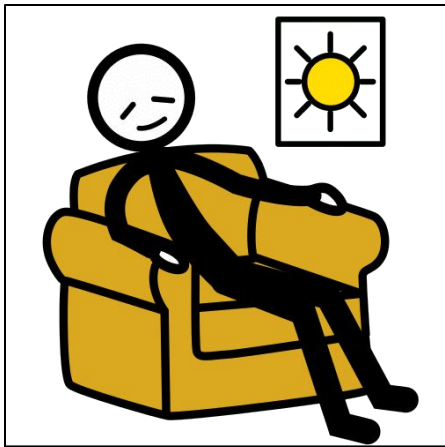
**ESTABAN MUCHAS HORAS JUGANDO HASTA QUE SUS MAMÁS IBAN A BUSCARLES PARA LLEVARLES A CASA.**



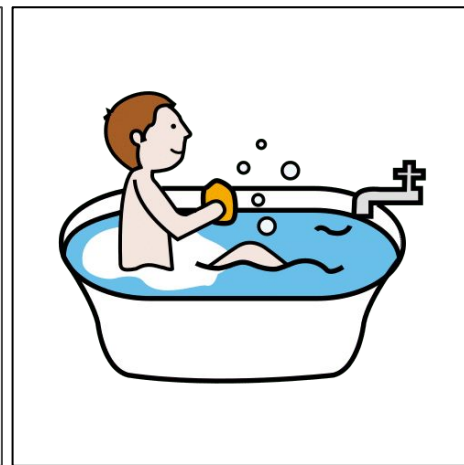
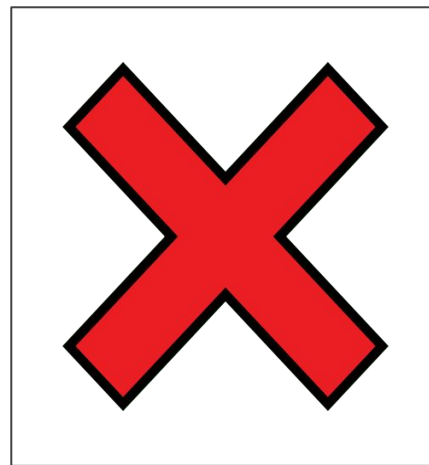
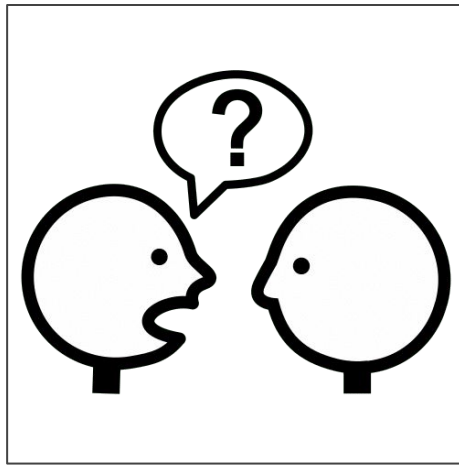
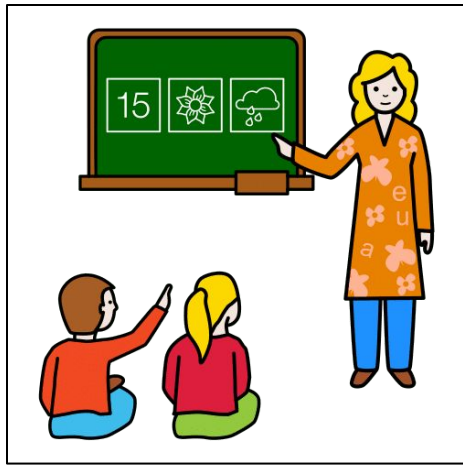
**MARTÍN SIEMPRE QUE VOLVÍA A CASA, ORDENABA SUS LIBROS PARA LAS CLASES DEL DÍA SIGUIENTE Y SE PONÍA A VER SUS DIBUJOS ANIMADOS FAVORITOS EN LA TELEVISIÓN.**



**SUS PAPÁS SIEMPRE ESTABAN MUY OCUPADOS CON SU TRABAJO, LE PEDÍAN QUE SE DUCHARA ANTES DE VER LA TELEVISIÓN PERO MARTÍN NO LO HACÍA.**

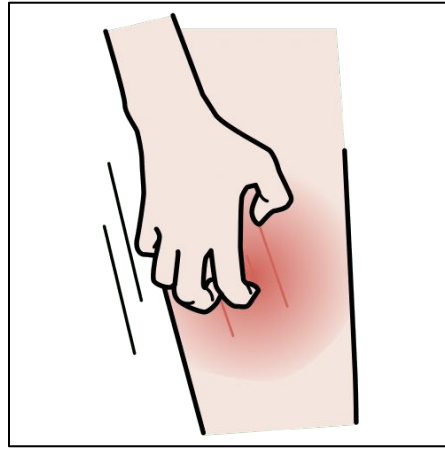
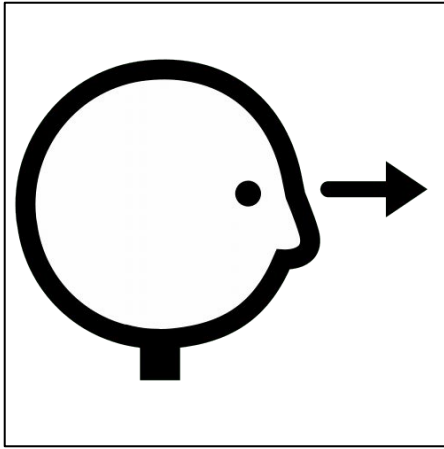


**SE QUEDABA DORMIDO EN EL  
SOFÁ Y COMO SUS PAPÁS NO  
QUERÍAN DESPERTARLE,  
MARTÍN NO SE DUCHABA.**

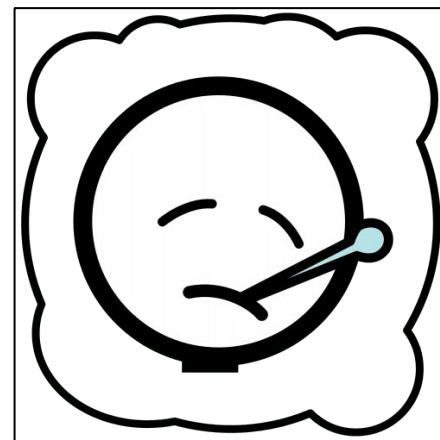
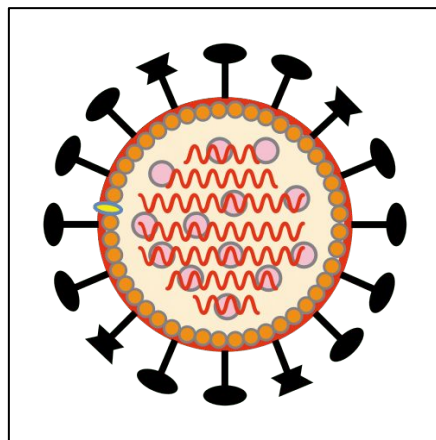
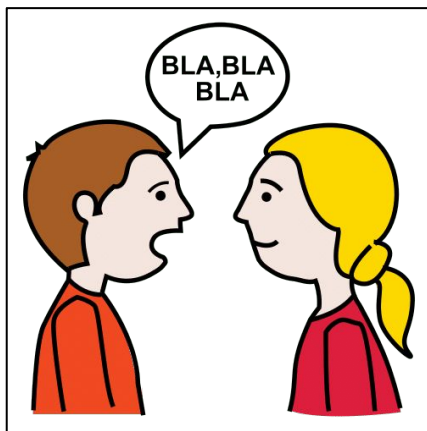


**CADA DÍA CUANDO LLEGABA AL COLEGIO, SU PROFESORA MARTA LE PREGUNTABA POR QUÉ NO SE HABÍA DUCHADO, PERO MARTÍN NO SABÍA QUÉ RESPONDER**

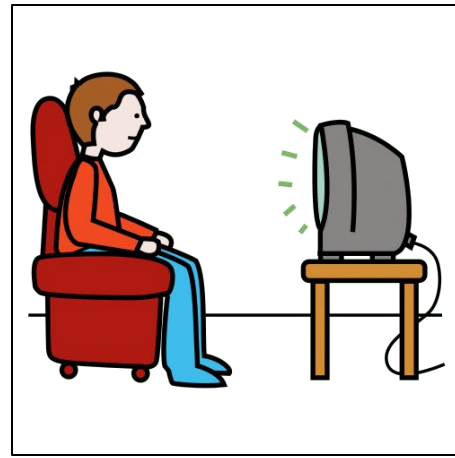
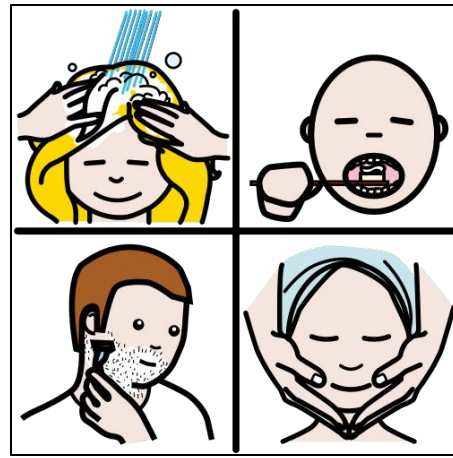
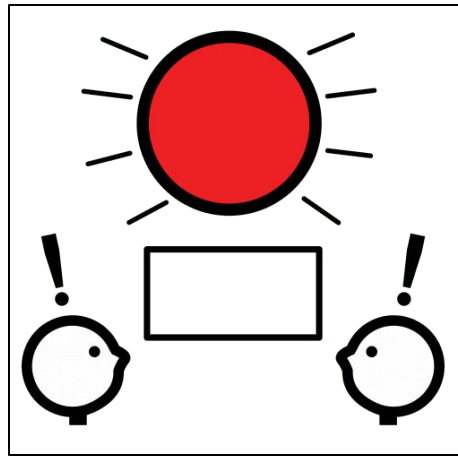
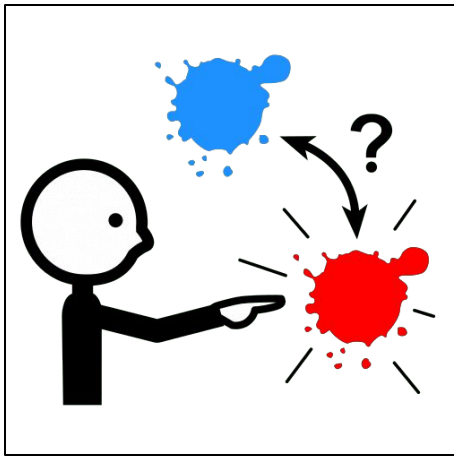




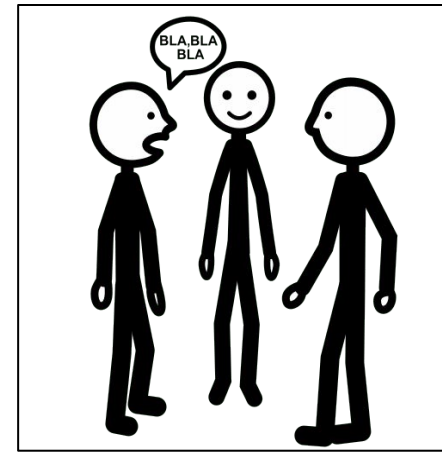
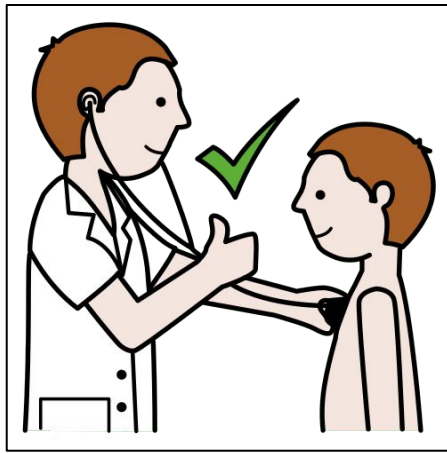
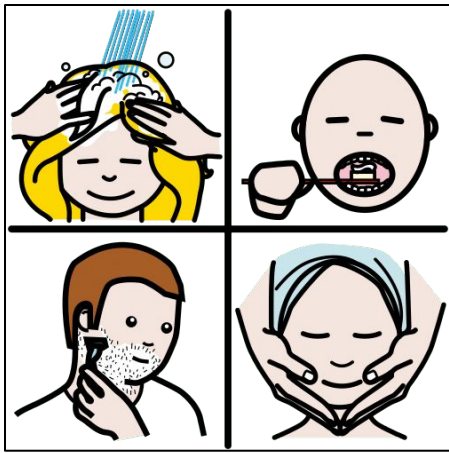
**LA PROFESORA MARTA OBSERVABA QUE MARTÍN SE RASCABA MUCHO LAS PIERNAS Y LOS BRAZOS E IBA AL COLEGIO MUY SUCIO.**



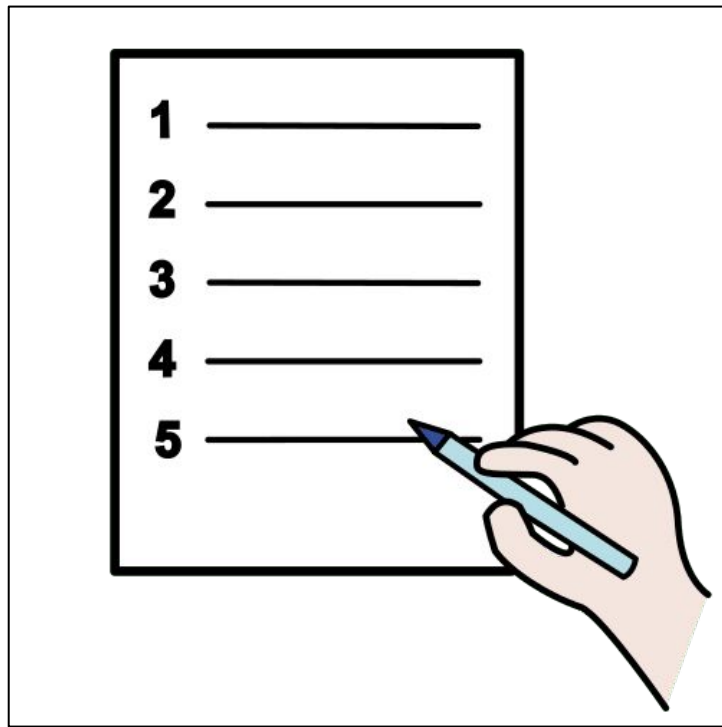
**LA PROFESORA MARTA HABLÓ CON SUS PAPÁS Y LES COMENTÓ LA IMPORTANCIA QUE TIENE EL ASEO PERSONAL PARA PREVENIR MUCHAS ENFERMEDADES.**



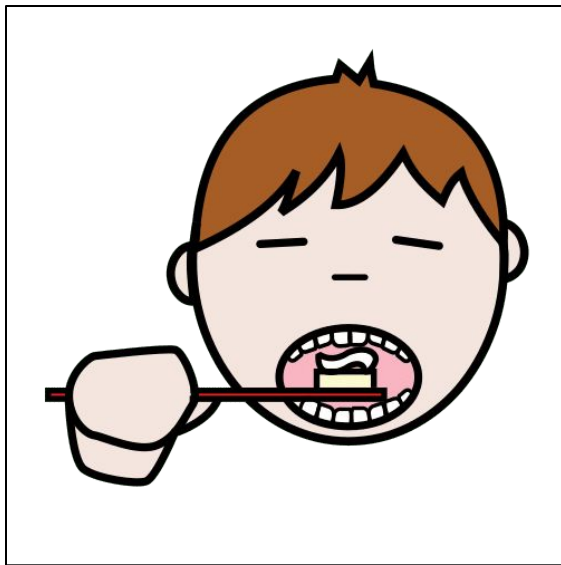
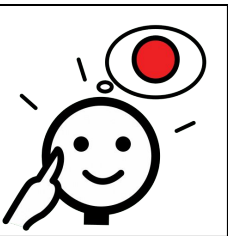
**ASÍ QUE SUS PAPÁS DECIDIERON LO IMPORTANTE QUE ERA EL ASEO PERSONAL. MARTÍN CADA VEZ QUE VOLVIESE DE JUGAR CON SUS AMIGOS DEBÍA ASEARSE Y DESPUÉS VER LA TELEVISIÓN**



**ASÍ ASEÁNDOSE PODRÍA ESTAR MÁS SANO, EVITAR VARIAS ENFERMEDADES Y RELACIONARSE MEJOR CON OTROS NIÑOS.**



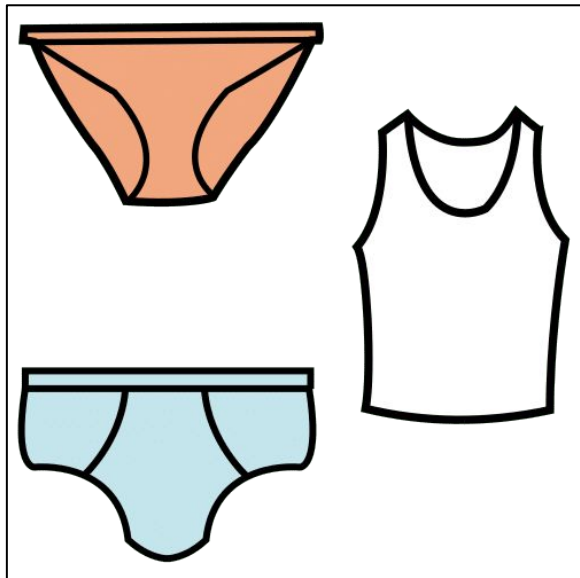
ACTIVIDADES



**LAVARSE LOS  
DIENTES TRES  
VECES AL DÍA**



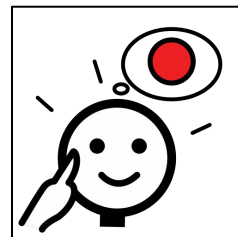
**LAVARSE LAS  
MANOS**

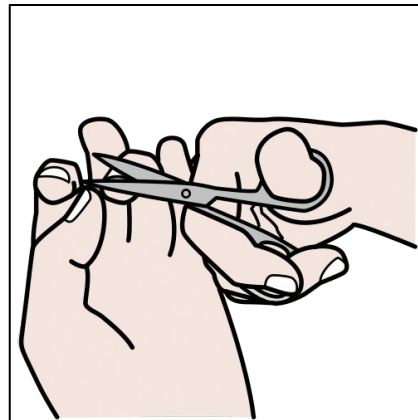
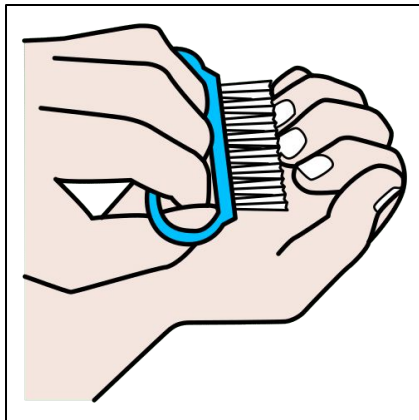
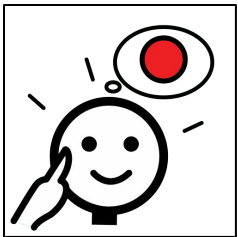


**CAMBIARSE LA  
ROPA INTERIOR  
CADA DÍA**



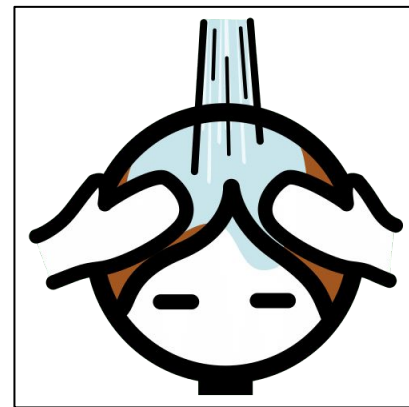
**DUCHARSE  
REGULARMENTE**





**LAVARSE LOS  
PIES**

**CUIDADO DE  
LAS UÑAS**



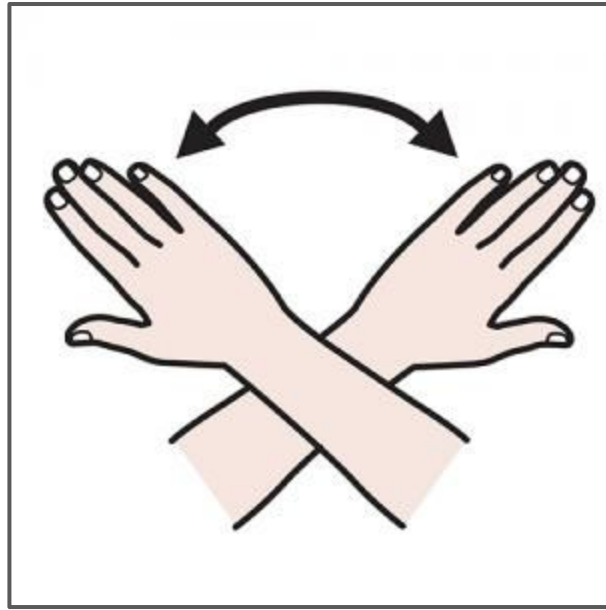
**LAVARSE EL  
PELO**



# La ducha paso a paso

1. Regular T<sup>a</sup> del agua.
2. Mojamos cuerpo y cerramos grifo.
3. Echamos **jabón** en esponja.
4. Limpiamos cara, orejas y cuello.
5. Tórax, espalda y axilas.
6. Brazos y abdomen.
7. Piernas.
8. Genitales (**delante-atrás**).
9. Pies y espacios interdigitales.
10. Cabello.
11. Aclaremos y secamos sin frotar incidiendo en pliegues.





**SE ACABÓ**

# HÁBITOS DE HIGIENE PERSONAL

- EL DUENDE PESTE: <https://youtu.be/1mLzxUC1v8s>.
- CEPILLADO DIENTES POR BLIPPI: <https://youtu.be/04oxwkylf-c>.
- LIMPIEZA MANOS POR BARRIO SESAMO: <https://youtu.be/e0pecj7ZCcQ>.
- CANCION DE PLIM PLIM: <https://youtu.be/GHO-wSTtzhU>.