

PUBLICACIONES DE LA UNIÓN PANAM.

EDUCACIÓN

NÚMERO 125

*HACIA LA SALUD
POR LA ESCUELA*

WASHINGTON, D. C.

1944

Estos cuadernos se publican bajo la dirección de la Oficina de Cooperación Intelectual de la Unión Panamericana, institución internacional creada por voluntad de las veintiuna Repúblicas de América para facilitar el conocimiento mutuo y hacer efectiva la cooperación entre ellas.



La Oficina de Cooperación Intelectual se ocupa de las artes, las letras, la educación y el movimiento científico en el mundo americano. Al publicar estos breves estudios se propone dicha oficina contribuir en forma práctica al intercambio de ideas entre las gentes que se preocupan de la educación en América.

HACIA LA SALUD
POR LA ESCUELA



Washington, D. C., 1944

ENTRE las funciones vitales que a la escuela de hoy le toca desempeñar se destaca la labor de velar por la salud de la niñez bajo su cuidado y de la comunidad en donde actúa.

En esta labor resaltan dos aspectos. El primero se relaciona con ciertos servicios que, como el de la atención médica y el de la alimentación de los desnutridos, son parte de todo sistema escolar moderno. El segundo es de orden didáctico y se refiere a la impartición de conocimientos útiles y a la formación de hábitos y actitudes deseables.

Para el primero se requieren recursos que, por razones económicas, están fuera de las posibilidades de muchos sistemas educativos. El segundo es cuestión de orientación y de técnica de enseñanza y depende principalmente de la capacidad y el celo que despliegue el maestro para impartir a la enseñanza de la higiene el carácter eminentemente funcional que exige la moderna pedagogía.

Con estas ideas como base ofrecemos a los maestros el presente número de nuestra serie de publicaciones didácticas con la esperanza de que en él encontrarán sugerencias aprovechables para vitalizar el programa de higiene. Contiene este cuaderno la versión española, condensada y adaptada, de un capítulo del Anuario de la Asociación Norteamericana de Administradores Escolares (American Association of School Administrators) correspondiente a 1942, el cual versa sobre las distintas fases de la higiene escolar y se intitula *Health in Schools*. Como ocurre en el caso de todos los trabajos publicados en estos anuarios, el que hoy damos a conocer es fruto de la labor conjunta de varios especialistas en la materia.

A la vez que agradecemos a la mencionada asociación el permiso para publicar el presente trabajo, autorizamos a las revistas latinoamericanas para que lo reproduzcan encareciéndoles que al hacerlo, indiquen, como se acostumbra en tales casos, el origen del mismo.

ENSEÑANZA MODERNA DE LA HIGIENE

LA ENSEÑANZA moderna de la higiene se preocupa del mejoramiento de la vida del hombre y persigue, por eso, algo más que la asimilación por los educandos de un cúmulo de conocimientos. Su finalidad es lograr que todo individuo se conduzca de manera que resulte provechosa para su salud. De allí que la instrucción y experiencias que contribuyen efectivamente a la formación de buenos hábitos y sanas actitudes así como a la comprensión de los principios básicos de la higiene, constituyen los elementos deseables de un programa escolar de educación tendiente a promover el bienestar físico y mental de la niñez.

La salud es un factor tan vital de toda actividad que su enseñanza no puede circunscribirse a un mero plan o curso de estudios. Como todas las fases de la labor escolar ejercen influencia en la adquisición de hábitos y actitudes, por lo que respecta a la salud, es necesario que todo maestro se dé cuenta de su responsabilidad por la orientación de los escolares en lo que se refiere al mejoramiento de la condición física y mental de los mismos.

En vista de que la escuela provee sólo una parte de la experiencia total del niño, la cooperación de aquélla con el hogar y con las instituciones de la comunidad interesadas en el bienestar de la niñez es esencial para proporcionar a ésta la mejor orientación posible. El programa escolar de higiene debe concebirse, por lo tanto, como una fase de un programa más amplio de mejoramiento higiénico en cuya realización participan todas las organizaciones que en alguna forma influyen en la vida del niño. Compenetrados de la importancia de esta cooperación señalaremos las oportunidades que la escuela puede aprovechar a fin de mejorar los hábitos, actitudes y conocimientos de los educandos mediante el programa de higiene.

Si se conviene en que la medida del éxito de la enseñanza de la higiene es la influencia que ella ejerce en la conducta del niño, bien puede aceptarse que la impartición de conocimientos respecto de la salud debe subordinarse a la formación de hábitos y actitudes deseables, tratándose especialmente de niños de escuela primaria. Los conocimientos funcionan sólo en la medida en que se traducen en acción o la hacen significativa. La enseñanza de la higiene en la escuela primaria es, pues, antes que todo, un medio para ayudar al niño a vivir cada vez más saludablemente y a aprender a resolver nuevos problemas. Así concebida, la higiene deja de ser una simple asignatura del plan de estudios para convertirse en acción efectiva de mejoramiento. Bien entendido, tal concepto trae por resultado un programa ininterrumpido de instrucción y acción higiénicas que se desarrolla en relación con todas las actividades escolares sin que para ello sea necesario dedicar un período especial. Así ocurre en las escuelas cuyo programa se basa en las necesidades e intereses de los alumnos. En las que todavía prevalece la organización convencional, sin embargo, la realización de este ideal se dificulta enormemente, y la enseñanza de la higiene se descuidaría si no se acordase a ella un lugar especial en el horario de clases.

La naturaleza y el contenido del programa de higiene para las escuelas primarias deben determinarse tomando en cuenta las necesidades e intereses de los educandos así como las normas aceptadas respecto del desarrollo de los mismos. Como estos intereses y necesidades varían de acuerdo con el ambiente es conveniente que los programas sean lo suficientemente flexibles para permitir las adaptaciones del caso y que sugieran al maestro los medios para descubrir y satisfacer tales necesidades e intereses.

El conocimiento que se tiene sobre la materia indica que la enseñanza de la higiene en la escuela primaria debe propender a la formación y cultivo de hábitos y actitudes

deseables en relación con (a) la nutrición y el crecimiento, (b) el descanso y el sueño, (c) la actividad física, (d) el ejercicio al aire libre, (e) la eliminación, (f) el aseo y cuidado de la boca, del cuerpo y del vestido, (g) la importancia y los medios de obtener atención médica y dental, (h) el control de enfermedades contagiosas, (i) el cuidado de la vista y del oído, (j) la postura, (k) la protección contra accidentes y (l) el ajuste social y emocional.

En los grados superiores es además necesario ampliar el horizonte de los alumnos a fin de familiarizarlos con los problemas de higiene del hogar, de la escuela y de la comunidad en general. El maestro hábil tendrá siempre presentes estos problemas y los considerará con sus alumnos de manera incidental toda vez que se presente la ocasión.

Cómo puede el maestro percatarse de las necesidades e intereses del grupo a su cargo y utilizarlos como base para la selección y motivación del contenido de la enseñanza? De indiscutible valor a este respecto es el estudio por el maestro de los antecedentes sociales, económicos y culturales de la comunidad y de los niños. A nadie se escapa que un programa adaptado a las necesidades de los escolares de un centro minero no responde a las necesidades de los niños que viven en un ambiente netamente rural. Ni tampoco serán de valor para los niños de la sierra o de la montaña las precauciones contra accidentes de tránsito que son útiles para los niños de las grandes metrópolis.

Si el propósito de la enseñanza de la higiene, como se dijo anteriormente, no es otro que ayudar al niño a velar por la conservación o el mejoramiento de su propia salud, se desprende que el maestro debe tener una idea cabal acerca del estado de salud de cada uno de los niños a su cargo. Debe asimismo conocer muy de cerca los hábitos y actitudes de aquéllos en lo que se refiere a aseo personal, postura, actividad física, uso de la vista, adaptación social, etc. La importancia de los datos consignados en la ficha clínica del alumno y

de la observación sistemática por el maestro no necesita subrayarse.

Otro medio de que dispone el maestro de toda escuela moderna son las pruebas normalizadas de conocimientos y actitudes en materia de higiene. Aplicadas a los alumnos de los grados superiores tales pruebas, especialmente si han sido preparadas para fines diagnósticos, auxilian al maestro a precisar los vacíos y puntos fuertes en el caudal de conocimientos y de actitudes que poseen los alumnos sobre cuestiones de higiene.

Si utiliza la información que obtenga por los medios indicados, el maestro logra vitalizar la enseñanza de la higiene, haciéndola desde luego más flexible y más eficaz.

GRADOS INFERIORES.—La enseñanza de la higiene, sobre todo en los grados inferiores, debe considerarse como un medio de ayudar a los alumnos a vivir más sanamente en la escuela, en el patio de recreo y en el hogar. Tal objeto se logra más eficazmente mediante la utilización de las experiencias cotidianas, el cultivo de buenos hábitos, el estudio del medio físico y social y la lectura complementaria.

Utilización de las experiencias cotidianas. Las oportunidades para impartir a los alumnos enseñanzas útiles en relación con las actividades escolares son numerosas. Así, por ejemplo, un accidente de tránsito que ocurra cerca del plantel puede aprovecharse para desarrollar una unidad de trabajo sobre el asunto. De manera semejante, la revista diaria de aseo se presta para considerar con los alumnos los problemas relacionados con las enfermedades más comunes y con la apariencia personal. Asimismo la diaria rutina de pasar lista puede conducir en ciertas ocasiones a la investigación de las causas de las ausencias y a la consideración de los medios para disminuir las faltas de asistencia motivadas por enfermedad.

En las escuelas que cuentan con refectorio o comedor, la hora del almuerzo presenta innumerables oportunidades para la formación de buenos hábitos y el cultivo de buenos modales.

Inteligentemente aprovechado el comedor escolar es un poderoso factor cuyos efectos educativos son tan importantes como los efectos de valor puramente nutritivo. Más aún, la medición de la estatura, el peso y otros rasgos físicos de los alumnos puede aprovecharse para motivar la enseñanza de información útil y fomentar en los niños el interés por crecer sanos y robustos. Lo mismo puede decirse respecto de otras actividades que periódica u ocasionalmente tienen lugar en la escuela tales como el examen médico, el examen dental, la vacunación y otras medidas de carácter preventivo. Además de las oportunidades señaladas, el maestro capaz sabe utilizar el período de recreo y el manejo constante de libros y otros útiles escolares para inculcar en sus alumnos nociones y hábitos deseables.

Cultivo de buenos hábitos. En vista de que la conservación de la salud depende en gran parte de la práctica de ciertos hábitos de higiene, el estímulo de tales hábitos es un aspecto esencialísimo de la educación higiénica que a la escuela corresponde impartir. La revista diaria de aseo, la aprobación discreta, por el maestro, de las prácticas deseables, los carteles y láminas atractivos sobre, por ejemplo, "Cosas que debemos hacer", son medios aconsejables de que dispone el maestro para estimular a los alumnos a mejorar sus propios hábitos.

Comprensión del medio ambiente. En los grados inferiores se hace el esfuerzo de ayudar al niño a explorar y a comprender el medio físico y social en que vive mediante actividades tales como el estudio de los alimentos, la habitación, el vestido, los animales domésticos, las plantas, las industrias del lugar, los medios de transporte, etc. Es indudable que el estudio de cualquiera de estas fases del ambiente inmediato ofrece innumerables oportunidades para la consideración de asuntos importantes desde el punto de vista de la higiene y la salud. El maestro hábil sabrá aprovechar tales oportunidades.

Lectura complementaria y dramatizaciones. La lectura complementaria de cartillas de higiene y de historietas de

valor educativo preparadas especialmente para niños es otro auxiliar eficaz para la enseñanza de la higiene. Es recomendable que las historietas traten de niños y situaciones reales. Los cuentos acerca de personajes fantásticos tales como las zanahorias personificadas, los cepillos parlantes de dientes y otros de índole semejante no conducen a la formación de los conceptos y actitudes más deseables. Las representaciones dramáticas son otro medio eficaz de impartir enseñanza útil si se tiene el cuidado de basarlas en experiencias reales o probables. En vez de utilizar dramatizaciones de clisé, escritas comunmente para niños de ambiente distinto, el maestro de iniciativa estimula a sus alumnos a crear sus propias piezas dramáticas.

GRADOS SUPERIORES.—En muchos respectos el programa de higiene para los grados superiores no difiere fundamentalmente del que se ha sugerido para los grados inferiores. La orientación constante y acertada de las actividades cotidianas de los alumnos, el cultivo de hábitos y actitudes deseables, el aprovechamiento de todas las oportunidades que brindan las distintas ramas y actividades del curso de estudios para la impartición de nociones útiles, la lectura complementaria y las dramatizaciones, son medios adecuados para la enseñanza de la higiene en los grados superiores lo mismo que en los inferiores.

Como es natural, los alumnos de los grados superiores requieren más información y mejor comprensión de los hechos y problemas relativos a la salud personal y colectiva; necesitan asimismo conocer más a fondo el porqué de muchos preceptos y prácticas de higiene. Es de suma importancia que con el objeto de satisfacer tales necesidades el programa no tienda a recargar la mente de los educandos con conocimientos técnicos de anatomía y fisiología. La información que se imparta a este respecto debe ser significativa para los alumnos, esto es, debe tener conexión vital con las necesidades y experiencias de los mismos.

Cualquiera que sea la organización del programa, éste puede vitalizarse con la realización de proyectos de orden práctico así como con el estudio de los problemas de higiene típicos de la escuela y de la comunidad. Dichas actividades captan el interés y el entusiasmo de los alumnos a la vez que constituyen los medios más eficaces para impartir enseñanza de positivo valor.

Las ocasiones favorables para correlacionar la higiene con otras ramas del programa escolar son numerosas y el maestro capaz las descubrirá y utilizará debidamente, sin inyectar conceptos artificiales ni acudir a métodos artificiales.

A manera de ilustración destacamos a continuación algunos tópicos o actividades correspondientes a distintas ramas del programa, los cuales tienen íntima relación con la higiene:

Estudios sociales. 1. La producción y distribución de los alimentos, la habitación, el vestido, los medios de transporte, los centros de recreación, etc. 2. La localidad, sus problemas de higiene y servicios sanitarios. 3. Los progresos realizados en materia de higiene a través de la historia de la localidad, de la nación, etc.

Ciencias. 1. Cómo crecen y se reproducen las plantas y los animales y qué factores influyen favorable o desfavorablemente en estas funciones. 2. La vida microbiana; las bacterias que producen enfermedades; su naturaleza, propagación y control. 3. Apreciación del valor del ejercicio al aire libre.

Lenguaje. 1. Conversaciones y composiciones orales y escritas sobre experiencias y problemas de higiene personal, comunal, etc. 2. Dramatizaciones planeadas por los alumnos. 3. Redacción de artículos sobre asuntos sanitarios para el periódico escolar. 4. Cuentos y poesías que contribuyen al cultivo de sanas actitudes hacia diversos aspectos de la vida.

Arte. Confección de carteles, cuadros murales e ilustraciones.

Educación física. 1. Actividades tendientes a la formación de hábitos necesarios para la protección contra accidentes.

2. Ejercicios adaptados al estado de salud o condición física de cada alumno. 3. Participación en juegos y otras actividades saludables.

En las escuelas donde la labor docente responde a los intereses, necesidades y experiencias de los alumnos, la enseñanza práctica de la higiene tiene que ser parte muy importante de la vida escolar. Ningún programa que se preocupe verdaderamente del desarrollo integral de los educandos descuidará los aspectos relacionados con la salud de los mismos.

MATERIALES DE ENSEÑANZA.—Para la eficaz realización del programa de higiene es imprescindible que a la escuela se le suministren materiales adecuados de enseñanza. Estos comprenden textos, revistas, periódicos, materiales para la confección, por los alumnos, de libros de recortes, cuadros murales, gráficas, etc., auxiliares visuales tales como carteles, películas educativas, gráficas, láminas, diapositivas, etc., y, finalmente, materiales del ambiente que rodea a la escuela.

El criterio más importante para juzgar el valor educativo de los materiales de enseñanza es la influencia que éstos ejercen en la conducta de los educandos. Para ser más específicos, consideramos que la apreciación de los materiales debe hacerse tomando en cuenta las siguientes normas:

- (1) Son los materiales de enseñanza válidos desde el punto de vista científico? Presentan la materia en forma que facilita su aprendizaje?
- (2) Toman en consideración las necesidades y diferencias individuales? Son flexibles desde el punto de vista de su aplicación?
- (3) Aumentan progresivamente en dificultad de acuerdo con el desarrollo intelectual de los alumnos?
- (4) Consultan las experiencias de los alumnos?
- (5) Son atractivos y se ajustan a los preceptos de la higiene de la vista? Son fáciles de asear?
- (6) Son de valor realmente educativo o sirven sólo como medio de entretenimiento para los alumnos?

En la selección de los auxiliares didácticos para la enseñanza de la higiene, los maestros y las autoridades docentes afron-

tan a menudo el problema relacionado con el uso de los folletos, gráficas, cartillas, boletines, tablas, carteles, etc., que distribuyen casas comerciales con el fin de hacer propaganda a sus respectivos productos. Corresponde al maestro distinguir entre los materiales de tal índole que contienen información útil y los que son de valor muy dudoso.

MÉTODOS CONTRAPRODUCENTES.—Entre los procedimientos que emplean muchos maestros para estimular la práctica de buenos hábitos de higiene hay algunos que no son recomendables ya por los efectos que producen o por razones de otro orden. Uno de estos procedimientos es el uso de recompensas tales como medallas y menciones honoríficas, para premiar a los alumnos que más se distinguen en el cumplimiento de ciertos preceptos. Tales recompensas tienden a fomentar la deshonestidad y a crear antagonismos entre los alumnos. Además, hacen que éstos se interesen más por la adquisición del premio que por la práctica del buen hábito.

Los concursos o competencias de salud entre los educandos tampoco conceptuamos recomendables por la sencilla razón de que las condiciones del hogar o el estado de salud de muchos niños les impiden competir con sus compañeros sobre una base de justicia. Asimismo consideramos injusto exigir que todos los alumnos cumplan por igual con ciertos requisitos en materia de higiene. Muchos padres no cuentan con los recursos necesarios para suministrar a sus hijos un litro diario de leche ni otros alimentos indispensables.

A fin de interesar a los alumnos por la conservación y el mejoramiento de la salud no es necesario ni conveniente destacar los aspectos anormales, patológicos y desagradables de la vida. En los niños deben fomentarse actitudes positivas.

En la enseñanza moderna de la higiene no hay cabida para el ridículo, la crítica ni el comentario respecto de la condición física de los niños lisiados, débiles o que sufren de alguna anomalía.

Tampoco hay lugar para los preceptos dogmáticos. Cada

individuo constituye un organismo único con necesidades que le son características. Si bien es cierto que algunas necesidades básicas tales como la alimentación, la eliminación, la movilidad, el sueño, etc., son comunes a todos los seres humanos, es preciso que para la satisfacción de las mismas se tomen en cuenta las diferencias individuales. No hay razón para exigir que todos los niños de una edad determinada consuman la misma clase y cantidad de alimentos, duerman el mismo número de horas ni pesen el mismo número de kilos. Por esto, las reglas inflexibles que no pueden alterarse ni adaptarse a las necesidades individuales deben ceder a los conceptos básicos.

El maestro cuyos hábitos no se ajustan a la enseñanza que imparte constituye un mal ejemplo para los alumnos y por lo tanto debe modificar su conducta.

EN LA ESCUELA SECUNDARIA

Por su importancia en la vida del adolescente, la educación en materia de higiene merece un lugar definido en el programa de la escuela secundaria ya como materia del plan de estudios o como parte del curso de anatomía y fisiología o de las clases de educación física. Cualquiera que sea el lugar que se le asigne en la labor escolar, la higiene no debe considerarse como asunto complementario ni mucho menos dejarse al azar. Es esencial que la dirección del programa esté a cargo de un profesor versado en las ciencias básicas de la higiene así como en la técnica de su enseñanza.

A fin de evitar duplicaciones o repeticiones innecesarias y de armonizar el programa con los intereses y necesidades de los alumnos, el contenido de la materia correspondiente a los distintos años del curso escolar debe planearse cuidadosamente. En ningún momento debe perderse de vista que la finalidad del curso de higiene es el mejoramiento de la condición física y mental del adolescente. Por esto, el énfasis de

la enseñanza debe recaer más sobre los problemas vitales de la conservación humana que sobre nombres científicos de huesos, vasos sanguíneos y enfermedades. Concebido con un criterio eminentemente funcional el programa de higiene de la escuela secundaria puede comprender tópicos tales como los siguientes: distintas fases de la higiene personal, de la escuela, del hogar y de la colectividad; nutrición; funciones conservadoras y protectoras del organismo; enfermedades endémicas y epidémicas; estimulantes y estupefacientes; primeros auxilios; higiene industrial; preparación para el matrimonio y para el hogar; herencia, eugenesia y cualesquiera otros tópicos o problemas que sean de importancia para los alumnos o para la localidad y el país en que viven.

MÉTODOS DE ENSEÑANZA.—Los métodos que se emplean en la enseñanza de la higiene en la escuela secundaria varían de acuerdo con el tamaño de la clase, el nivel mental de los alumnos, los materiales didácticos disponibles y la experiencia y habilidad de los profesores. Veamos algunos métodos que pueden usarse con provecho:

Discusión. Los alumnos de segunda enseñanza derivan gran provecho de las discusiones bien dirigidas. Las discusiones de mesa redonda lo mismo que las que se realizan en pequeños grupos o las generales en que participan los alumnos de una o varias clases bajo la dirección del profesor, estimulan el espíritu de investigación en los estudiantes a la vez que vitalizan el estudio de asuntos importantes.

Actividades y proyectos. Las actividades motivadas por el interés que en los alumnos despierta el estudio de un tópico determinado, y la solución de problemas que surgen de la lectura individual o las discusiones en clase, proporcionan a los alumnos la oportunidad de actuar en situaciones reales; además libran al profesor de los formulismos convencionales que en muchos casos esterilizan la enseñanza.

Material científico. La enseñanza moderna de la higiene, lo mismo que la de cualquiera otra asignatura, requiere libros,

revistas, folletos, monografías y otras fuentes de consulta que deben ponerse a disposición de los alumnos.

Auxiliares visuales. El uso de gráficas, diapositivas, películas y otros auxiliares visuales hace la enseñanza más eficaz.

Pláticas y demostraciones especiales. Las pláticas, conferencias o demostraciones especiales a cargo de un médico, un dentista, una enfermera, una visitadora social, un inspector sanitario o cualquier otro profesional en algún aspecto de la higiene personal o pública, son muy instructivas para los alumnos y deben integrarse al trabajo regular del aula.

Correlación. A fin de que el programa de educación higiénica se desarrolle con el mayor éxito posible, es indispensable que los profesores de las distintas ramas que directa o indirectamente se relacionan con la higiene laboren en común acuerdo. De este modo se evitan las duplicaciones y los esfuerzos aislados que a menudo se hacen cuando los profesores no tienen una visión de conjunto del programa total.

Ejemplo del profesor. Dada la susceptibilidad de la adolescencia a la influencia de las actitudes y hábitos de las personas con quienes está en continuo contacto, el ejemplo del profesor constituye un medio poderoso de enseñanza. Los adolescentes que admiran y respetan a sus profesores tratan a menudo de emular la conducta de los últimos. El profesor de higiene no es una excepción.

Cualesquiera que sean el contenido del programa y el método de enseñanza, la labor del profesor de higiene puede considerarse fructífera si logra inspirar en la juventud respeto por el organismo humano, si le da cierta comprensión de los problemas relativos a la conservación de la salud y si cultiva en los alumnos el buen criterio necesario para afrontar nuevos problemas.

PROBLEMAS ESPECIALES

Entre los innumerables tópicos que comprende el programa de educación higiénica hay algunos que pueden dar lugar a

dificultades para el profesor y que, por lo mismo, merecen un comentario especial. Tomemos por ejemplo la temperancia.

Es indudable que el bienestar físico, moral y mental de la sociedad humana mejoraría considerablemente si ésta evitara el abuso del licor, del tabaco y los narcóticos. Por eso el cultivo de la temperancia tiene que ser una fase importantísima del programa de higiene.

Al enfocar el problema de la temperancia en la escuela debe tenerse el cuidado de impartir el tipo de enseñanza que produce los resultados deseados y no el tipo que engendra el antagonismo y las actitudes negativas. La evidencia científica relativa a los efectos perniciosos del licor, el tabaco y los narcóticos es tan abundante que el profesor no necesita acudir a creencias sin fundamento. La instrucción relativa a la temperancia debe familiarizar a los escolares con tal evidencia y estimularlos a que deriven las conclusiones que de ésta se desprenden. A la vez que se destacan los hechos comprobados—o susceptibles de comprobación—que fundamentan la enseñanza de la temperancia, conviene tener en cuenta que las emociones y los deseos son resortes poderosos de la conducta. El deseo juvenil de crecer fuerte y vigoroso, de prepararse para el desempeño de una profesión y de llegar a ser un miembro respetado de la colectividad, es uno de los muchos intereses que pueden utilizarse en la formación de hábitos de temperancia.

Además de la instrucción que se imparte en el aula toda escuela debe ofrecer a los adolescentes un rico programa recreativo. A este respecto, las actividades deportivas proporcionan una oportunidad valiosísima para inculcar en los alumnos los ideales y las normas de conducta deseables. En el caso de aquellos alumnos que comienzan a formar hábitos de intemperancia la advertencia personal puede ser eficaz. Y por último, el ejemplo del profesor—sano, sobrio y respetado por todos—mucho ha de influir en la conducta de los adolescentes de ambos sexos.

La escuela, desde luego, no puede asumir toda la responsabilidad por la enseñanza de la temperancia a la juventud. Sin la cooperación del hogar es imposible lograr los mejores resultados. De capital importancia son también la actitud general de la colectividad y la situación que prevalece en la misma con respecto al cumplimiento de las leyes y disposiciones vigentes sobre cantinas, billares, bailes públicos y otros centros de diversión comercializada. A menos que las distintas instituciones cívicas aúnan sus esfuerzos a fin de brindar a la juventud un ambiente sano y propicio para la formación de buenos hábitos, la temperancia no será más que un ideal por realizar.

Otro asunto importantísimo: la auto-medicación y la curandería. El programa de educación higiénica, especialmente en el nivel secundario, debe consultar la necesidad de proporcionar a los alumnos la preparación científica que los capacite para conducirse inteligentemente en todo lo que puede tener consecuencias desde el punto de vista de la salud. Debe asimismo fomentar en ellos una actitud crítica con respecto a las novelorías impuestas por la moda, a la superchería del curandero y a los cúralo-todos cuyas pretendidas ventajas se proclaman en anuncios poco escrupulosos.

También debe hacerse hincapié en otro asunto al cual debe la escuela prestar la debida atención. Nos referimos a la costumbre muy común y corriente de la auto-medicación. Si bien es cierto que pequeñas lesiones y ligeras indisposiciones no siempre requieren la atención del médico, es conveniente que a los alumnos se les haga comprender que el hábito de la auto-medicación es perjudicial porque (1) complica el diagnóstico y demora el tratamiento eficaz, (2) da al paciente un falso sentido de seguridad, (3) puede dar lugar a una excesiva preocupación por dolencias menores o imaginarias, (4) es costoso si se toman en cuenta las consecuencias que puede acarrear y (5) resulta a menudo en la ingerencia de drogas o preparaciones dañinas para el organismo.

Al considerar el problema de la auto-medicación la escuela no debe pasar por alto la influencia de los anuncios que, por el radio, el periódico, el cine y el cartel, incitan al público a usar cuanto medicamento existe así como toda la gama de cosméticos, deodorantes, gárgaras y dentífricos. A la escuela corresponde la función de formar en los educandos cierto criterio que les sirva de base para distinguir entre los anuncios honestos y útiles y los que falsean los hechos o exageran sin escrúpulo las ventajas de determinados artículos medicinales.

La influencia de las modas en materia de régimen alimenticio tampoco debe descuidarse. Es de esperarse que la enseñanza de la higiene logre imprimir en la mente de los educandos la noción de que el bienestar físico es resultado de una variedad de factores e influencias y, que, por lo tanto, ninguna regla o principio aislado puede convertirse en la clave de la salud.

Y por último, urge también que el programa de higiene se interese por erradicar, hasta donde sea posible, la curandería y la superstición. Aún entre las gentes de cierta educación no faltan quienes acudan al curandero o quienes busquen constantemente remedios milagrosos para sus dolencias. Por qué, cómo y dónde acudir en busca de atención médica en caso de enfermedad debe ser parte del programa de higiene.

Además de los asuntos señalados, la escuela tiene que preocuparse por la orientación del alumno en materia de educación sexual. La sociedad humana afronta perennemente el problema de impartir a cada nueva generación la orientación necesaria en lo que se refiere a los aspectos de la vida que tienen que ver con las relaciones entre los sexos. Tales relaciones son de naturaleza compleja y variada e implican actitudes y hábitos asociados con el desarrollo y la amistad, el noviazgo, el matrimonio y la paternidad. Por esta razón, la educación sexual no puede ser una mera asignatura que enseñar ni un cúmulo de conocimientos que aprender. Debe tomarse como un problema de convivencia, como una fase de

la educación de la personalidad integral del niño. La educación sexual requiere instrucción, desde luego, pero comprende algo más que instrucción; es un proceso progresivo de educación planeado con el propósito de formar en la niñez y en la adolescencia los hábitos y actitudes deseables que son necesarios para la formación de la familia y la estabilidad del hogar.

La importancia de la educación sexual así entendida es indiscutible. Los cambios que tienen lugar en las costumbres y normas morales, en la posición de la mujer y el cambio de actitud social con respecto al matrimonio y al divorcio, así como la creciente libertad de que disfrutan las nuevas generaciones, hacen muy necesaria la orientación de éstas en aspecto tan importante de la vida como es el de las relaciones entre los sexos. Por otra parte, todo joven experimenta la necesidad de comprender el desarrollo de su propio organismo, sus impulsos y sentimientos, y de adaptarse al medio social ambiente. Toca a la sociedad la responsabilidad de satisfacer tal necesidad mediante el tipo más adecuado de educación en el hogar, en la escuela y en la comunidad.

Es evidente que la escuela debe asumir mayor responsabilidad por la educación sexual que la que ha asumido hasta el presente. Mediante la mutua comprensión y la cooperación con el hogar ella puede, por lo menos, impartir dirección al programa el cual requiere el concurso de todas las influencias formativas de la personalidad. Muchos padres no sólo ven con simpatía la labor que la escuela realice respecto de la educación sexual de sus hijos, sino que ansían que aquélla tome la iniciativa. Grupos de estudio integrados por padres de familia, pláticas y conferencias periódicas además del intercambio personal, abren el camino de la comprensión y del esfuerzo conjunto entre la escuela y el hogar.

Como no es éste el lugar apropiado para detallar los elementos o fases que comprende un programa de educación sexual, sólo se señalan algunos asuntos que se relacionan directamente

con la educación para la salud. En los cursos de higiene, biología y fisiología indudablemente que deben considerarse tópicos tales como la reproducción, el desarrollo embriónico, la maduración, la herencia, las glándulas endocrinas y las enfermedades sociales. Estas últimas bien pueden tratarse en relación con el control de las enfermedades contagiosas. Problemas de índole personal tales como los cambios orgánicos que acompañan al desarrollo requieren, para su debido tratamiento, la segregación de los sexos, y pueden formar parte del programa de educación física. La aportación de la economía doméstica y de los estudios sociales puede ser también importante, especialmente si se correlacionan tales materias con la higiene, la biología, la fisiología y la educación física.

La personalidad y la comprensión del profesor son los factores más importantes que determinan el éxito o el fracaso de la educación sexual. Para orientar al joven en los aspectos sexuales de la vida el profesor debe haber logrado la madurez emocional y poseer una actitud sana con respecto a la vida; debe además ser capaz de comprender los problemas y sentimientos característicos de la adolescencia; poseer buen carácter y ejemplificar el tipo más elevado de conducta. Y por último, debe tener la preparación científica que lo capacite para impartir la instrucción que el programa requiere. Aplomo, criterio, franqueza, comprensión, conocimiento y simpatía son, en breve, las cualidades indispensables para el éxito de la educación sexual.

EDUCACIÓN DE LOS PADRES

Como se ha dicho varias veces en páginas anteriores, para que el programa escolar de educación higiénica produzca resultados positivos es necesario el concurso de todos los interesados en el bienestar de la niñez, especialmente de los padres de familia. A fin de lograr tal concurso es conveniente—en muchos casos necesario—que la escuela dedique todo el

esfuerzo posible a la educación de los padres. En este sentido mucho es lo que puede conseguirse mediante la organización de clases y pláticas para adultos y de grupos o comisiones de padres para el estudio del niño y las necesidades de la niñez en lo que se refiere a la salud así como de los medios necesarios para la realización de un programa eficiente de mejoramiento higiénico. De efectos positivamente educativos, por lo que respecta a los padres, son la participación de éstos en las actividades encaminadas a promover la salud de la niñez escolar y las frecuentes visitas al hogar por el maestro o la enfermera visitadora, donde existe tal servicio, con el objeto de ayudar al padre a comprender la situación de sus hijos y a tomar las medidas que ésta requiera. Las posibilidades que ofrecen la radio, el periódico y el cartel como medios para la realización de una campaña en pro de la higiene no deben descuidarse.

Tales son a grandes rasgos las características más importantes de la enseñanza moderna de la higiene.

BIBLIOGRAFÍA

A continuación indicamos algunas obras de las muchas que sobre la educación en materia de higiene consultan los maestros norteamericanos. Los dos últimos títulos de la lista son pruebas de conocimientos.

CHILD STUDY ASSOCIATION OF AMERICA, 221 W. 57th Street, New York City.
Sex Education: Facts and Attitudes. 1937. 60 págs. 25c.

NATIONAL EDUCATION ASSOCIATION, 1201 Sixteenth Street, N.W., Washington, D. C.

Fit to Teach. 1938. 276 págs. \$1.00.

Health Education. 1941. 368 págs. \$1.50.

Health in Schools. 1942. 544 págs. \$2.00.

Mental Health in the Classroom. 1941. 360 págs. \$2.00.

NYSANDER, DOROTHY B. *Solving School Health Problems.* Commonwealth Fund, 41 E. 57th Street, New York City. 1942. 394 págs. \$2.00.

STATE DEPARTMENT OF PUBLIC INSTRUCTION, Lansing, Michigan. *Sex Education in the Curriculum.* Bulletin No. 3018. 1939. 10 págs.

STRANG, RUTH & DEAN SMILEY. *The Role of the Teacher in Health Education.* The Macmillan Company, 60 Fifth Avenue, New York City. 1942. 359 págs. \$2.00.

U. S. OFFICE OF EDUCATION, Washington, D. C. *What Every Teacher Should Know About the Physical Condition of Her Pupils.* Bulletin No. 68. 1936. 30 págs. 5c.

U. S. PUBLIC HEALTH SERVICE, Washington, D. C. *High Schools and Sex Education.* Bulletin No. 7. 1939. 110 págs. 20c.

WILLIAMS, JESSE F. & FANNIE SHAW. *Methods and Materials of Health Education.* Newson & Company, 72 Fifth Avenue, New York City. 1939. 331 págs. \$2.00.

BUREAU OF PUBLICATIONS, TEACHERS COLLEGE, COLUMBIA UNIVERSITY, New York City. *Gates-Strang Health Knowledge Tests.* 15c.

NEHER, GERWIN. *Health Inventory for High School Students.* (Grades 9-12). Test Bureau, 5916 Hollywood Boulevard, Hollywood, California. 25c.

TEXTOS ESCOLARES

Los maestros que deseen formarse una idea más cabal sobre la enseñanza de la higiene en los Estados Unidos encontrarán muy útiles los textos preparados especialmente para los alumnos. En la lista siguiente figuran algunos de los que se usan con mayor frecuencia.

BROWNELL, WILLIAMS, HUGHES y otros. *Health of Our Nation*. American Book Company, New York. 1944. 8 tomos para los grados de I° al VIII°. Precio: de 76c a \$1.04 por tomo.

CHAPMAN, PAUL. *The Southern Progress Series in Rural Living*. A. D. Phillips Co., Room 1011, 111 West Monroe Street, Chicago, Illinois.

CHARTERS, SMILEY y STRANG. *New Health and Growth Series*. Macmillan Company, New York. 1941. 8 tomos para los grados del I° al VIII°. Precio: de 64c a 88c por tomo.

KINNE, HELEN y COOLEY, ANNA M. *The Homemaking Series*. Macmillan Company, New York. Para los grados VII° y VIII°. 96c.

KNOX, WARREN y otros. *The Wonderworld of Science*. Charles Scribner's Sons, New York. 1940-1941. 6 tomos para los grados del I° al 6°.

RILEY, PHILIP y otros. *Health Ways*. Kenworthy Press, Buffalo, New York. 4 tomos.

TURNER y otros. *Health Safety Growth Series*. D. C. Heath & Company, Boston, Massachusetts. 1941. 6 tomos para los grados del III° al VIII°. Precio: de 76c a 88c por tomo.

WILSON, PRYOR y ALMACK. *The American Health Series*. Bobbs Merrill Company, New York. 1942. 8 tomos para los grados del I° al VIII°. Precio: de 68c a \$1.04.

PARA LAS ESCUELAS SECUNDARIAS

BROWNELL y otros. *Health Problems—How to Solve Them*. American Book Company, New York. 1943. \$1.14.

GOLDBERGER y HALLOCK. *Health and Physical Fitness*. Ginn & Company, New York. 1943.

MCLEAN, DONALD. *Knowing Yourself and Others*. Henry Holt & Company, New York. 1939. \$1.60.

TURNER y MCHOSE. *Effective Living*. C. V. Mosely Company, St. Louis, Missouri. 1941.

Otros cuadernos de esta colección

- No. 100—La enseñanza del niño en el hogar (1935)
No. 105—Cómo combatir la mentira en el niño (1937)
No. 111-112—Las artes industriales (1939)
No. 113-114—Educación y cuidado de los excepcionales (1941)
No. 115-116—Democracia y educación (1942)
No. 117—Cómo estudiar la conducta del niño (1942)
No. 118—Hacia la reforma de la escuela secundaria (1942)
No. 119-120—Programa básico de lectura (1943)
No. 121—La educación liberal en la postguerra (1943)
No. 122—La literatura en la educación (1943)
No. 123-124—Vocación y orientación (1943)

Precio de cada ejemplar: 10 centavos (moneda de E. U. A.)

