

Cuaderno pedagógico de

Pedagoogia 3000 4000 5000

Cuaderno No. 53

Seguridad y Salud Integral en la Primera Infancia:

Una Propuesta desde la Nueva Educación

“Cuidar la vida es el primer acto educativo”

Es una propuesta pedagógica integral que promueve el cuidado, la prevención y la protección de la salud y la seguridad en la primera infancia como pilares de la nueva educación. Su enfoque holístico, inspirado en la metodología P3000, P4000 y P5000, articula el bienestar físico, emocional, social y ambiental, fomentando entornos seguros, conscientes y amorosos que respeten la vida como valor esencial.

1.- Introducción

En la primera infancia, cada experiencia vivida deja una huella profunda en el desarrollo físico, emocional y social de los niños y niñas. Es en esta etapa donde el cuidado de la seguridad y la salud se convierte no solo en una responsabilidad básica, sino en un verdadero acto pedagógico. Cuidar, proteger y promover el bienestar integral no es un aspecto paralelo a la educación, sino su fundamento.

La **nueva educación**, inspirada en los principios de **Pedagoogia 3000, 4000 y 5000**, propone un abordaje holístico en el que la vida y el bienestar se colocan en el centro del proceso educativo. Desde esta visión, la seguridad y la salud integral son entendidas como un derecho y, al mismo tiempo, como una práctica pedagógica que prepara a las niñas y niños para crecer en entornos seguros, amorosos y conscientes.

Este cuaderno pedagógico busca ofrecer un marco de reflexión y acción para docentes, familias y comunidades que deseen implementar estrategias prácticas de prevención, autocuidado y promoción del bienestar en los primeros años de vida. No se trata únicamente de transmitir normas de higiene o protocolos de seguridad, sino de cultivar una cultura del cuidado que fortalezca la confianza, la resiliencia y la conexión con uno mismo, con los demás y con el entorno natural. Al integrar dinámicas vivenciales, recursos de educación emocional, hábitos de salud preventiva y prácticas de autocuidado, se promueve una educación transformadora en la que **“cuidar la vida es el primer acto educativo”**. Una educación que protege, que escucha y que prepara a la infancia no solo para estar a salvo, sino para florecer en plenitud.

2.- Beneficios pedagógicos

La seguridad y la salud integral en la primera infancia no son únicamente requisitos básicos para el desarrollo, sino también **poderosas herramientas pedagógicas** que contribuyen a la formación integral del ser humano. Desde la visión de la nueva educación, cuidar y educar se entrelazan como un mismo acto que garantiza el bienestar presente y la construcción de un futuro más consciente.

1. Desarrollo de hábitos saludables desde la primera infancia

Incorporar rutinas de higiene, alimentación balanceada, descanso adecuado y movimiento corporal favorece la construcción temprana de hábitos que acompañarán a los niños y niñas a lo largo de su vida.

2. Promoción de la autorregulación y la autonomía

El cuidado de la salud y la seguridad, cuando se enseña de manera vivencial y amorosa, fomenta que los niños aprendan a reconocer sus necesidades, expresar lo que sienten y asumir pequeños actos de autocuidado.

3. Fortalecimiento de la confianza y el sentido de protección

Un entorno seguro y saludable brinda a los niños la seguridad afectiva necesaria para explorar, jugar y aprender con libertad. La sensación de estar cuidados y protegidos fortalece la confianza en sí mismos y en los adultos que los acompañan.

4. Educación emocional y resiliencia

La salud integral incluye el desarrollo emocional. Al ofrecer espacios de escucha, regulación y acompañamiento, los niños aprenden a reconocer sus emociones, manejar la frustración y generar recursos internos para enfrentar retos.

5. Inclusión y equidad

Las prácticas de seguridad y salud se adaptan a la diversidad de contextos, culturas y necesidades. De este modo, se garantiza que todos los niños, sin importar sus condiciones, tengan acceso a un cuidado digno, equitativo y respetuoso.

6. Integración transversal en el currículo

La seguridad y la salud pueden abordarse de manera transversal en distintas áreas del aprendizaje: desde ciencias naturales hasta educación física, tutoría, arte y actividades socioemocionales. Esto permite que los niños comprendan que cuidar la vida es parte de todas las dimensiones de su desarrollo.

3.- Beneficios terapéuticos

La seguridad y la salud integral en la primera infancia no solo previenen riesgos y enfermedades, sino que también generan un profundo impacto en el bienestar emocional y psicológico de los niños y niñas. Desde la visión de la nueva educación, cada acción de cuidado y protección se convierte en un acto terapéutico que sostiene la vida, fortalece la confianza y promueve la resiliencia.

1. Bienestar emocional y sensación de protección

Un entorno seguro reduce los niveles de ansiedad y miedo en los niños. Saber que cuentan con adultos que los protegen y cuidan les brinda la base emocional necesaria para crecer con confianza y explorar el mundo sin temor.

2. Regulación del estrés infantil

Las prácticas de seguridad y salud —como rutinas claras, espacios ordenados, higiene, alimentación y descanso— ayudan a regular el sistema nervioso de los niños, reduciendo el estrés y favoreciendo la calma.

3. Prevención de traumas y fortalecimiento de la resiliencia

La prevención de accidentes y la atención adecuada en situaciones de riesgo evita experiencias traumáticas y, al mismo tiempo, fomenta la resiliencia: la capacidad de recuperarse frente a dificultades con apoyo y contención afectiva.

4. Desarrollo de la conciencia corporal y del autocuidado

Los niños aprenden a escuchar su cuerpo y a identificar señales de cansancio, hambre, incomodidad o dolor. Esta conexión temprana con sus necesidades corporales fortalece la autoconfianza y la capacidad de cuidarse a sí mismos en el futuro.

5. Vínculo afectivo y contención emocional

El cuidado de la salud y la seguridad crea un lazo de confianza entre el niño y el adulto. Esta relación de cuidado y respeto se convierte en un factor terapéutico esencial, ya que transmite la sensación de ser visto, valorado y protegido.

6. Promoción de la alegría y el disfrute

Un ambiente seguro y saludable libera a los niños del miedo y de la tensión, favoreciendo la risa, el juego libre y la curiosidad natural. La salud integral se transforma así en una puerta hacia la alegría, uno de los pilares terapéuticos más poderosos en la infancia.

4.- Respaldos Científicos

La importancia de la seguridad y la salud en la primera infancia no solo responde a un compromiso ético y educativo, sino que también está respaldada por hallazgos científicos provenientes de la **neurociencia, la psicología del desarrollo, la pediatría preventiva y la educación emocional**. Estos estudios confirman que el cuidado integral durante los primeros años constituye la base del bienestar futuro.

Neurociencia y desarrollo cerebral

Los primeros años de vida son una etapa crítica para el desarrollo cerebral. Experiencias positivas de cuidado, seguridad y salud fortalecen las conexiones neuronales, mientras que la exposición a riesgos, estrés tóxico o falta de atención puede afectar el aprendizaje y el bienestar a largo plazo.

- La neurociencia muestra que un ambiente seguro disminuye la hiperactividad de la amígdala (centro del miedo) y potencia la corteza prefrontal (autorregulación, atención y toma de decisiones).
- Fuente: Center on the Developing Child, Harvard University (2010).

Psicología del apego y bienestar emocional

John Bowlby y Mary Ainsworth demostraron que la **seguridad afectiva** es tan vital como la seguridad física. Los niños que crecen en entornos protegidos y con adultos sensibles a sus necesidades desarrollan mayor confianza, autoestima y resiliencia emocional.

Salud preventiva y pediatría

La Organización Mundial de la Salud (OMS) enfatiza que los programas de salud y prevención en la primera infancia reducen enfermedades, promueven hábitos saludables y mejoran la calidad de vida en la adultez. Prácticas simples como la higiene de manos, vacunas y una buena alimentación son pilares científicos de la salud integral.

Educación emocional y clima escolar

Investigaciones en educación emocional (Bisquerra, 2011; Fundación Botín) muestran que la promoción del bienestar, la regulación emocional y el cuidado mutuo disminuyen el estrés, mejoran el clima de aula y favorecen el aprendizaje. La seguridad emocional se entiende como un requisito indispensable para la seguridad integral.

Resiliencia y prevención de riesgos

Estudios sobre resiliencia infantil (Masten, 2014) señalan que los niños que crecen en entornos seguros y protegidos desarrollan mayor capacidad de enfrentar adversidades futuras. La prevención de accidentes y el acompañamiento en situaciones de riesgo no solo evita daños, sino que también fortalece el sistema emocional y social del niño.

5.- Actividades recomendadas

La seguridad en la primera infancia abarca tanto la protección física como la prevención de riesgos en los entornos donde los niños crecen, juegan y aprenden. Cada espacio —el hogar, el aula escolar, el área de juegos o incluso la rutina del sueño— debe diseñarse para garantizar un ambiente seguro que favorezca el bienestar y el desarrollo integral.

1. Seguridad en el hogar

El hogar es el primer espacio educativo y también uno de los más riesgosos si no se toman medidas preventivas.

- Mantener productos de limpieza, medicamentos y objetos tóxicos fuera del alcance de los niños.
- Evitar dejar objetos pequeños que puedan causar atragantamiento.
- Instalar protectores en enchufes y asegurar muebles que puedan volcarse.
- Supervisar siempre el acceso a la cocina, escaleras y baños.

Actividad sugerida: crear junto a los niños un “mapa de seguridad” en casa con dibujos sencillos, identificando qué espacios son seguros y cuáles requieren precaución.

2. Seguridad en el aula escolar

El aula debe ser un entorno que proteja y a la vez permita explorar con libertad.

- Mantener materiales adaptados a la edad (sin bordes filosos ni piezas pequeñas).
- Organizar los muebles de manera que no bloqueen salidas de emergencia.
- Contar con un botiquín accesible y adultos capacitados en primeros auxilios.
- Enseñar rutinas sencillas de cuidado (lavarse las manos, caminar dentro del aula, recoger materiales después de usarlos).

Actividad sugerida: un juego cooperativo donde los niños representen cómo actuar en caso de accidente menor o emergencia, practicando hábitos de cuidado.

3. Seguridad en el área de juegos

El juego es vital para el aprendizaje, pero también un espacio donde ocurren la mayoría de los accidentes.

- Revisar que los juegos estén en buen estado, sin piezas sueltas ni superficies oxidadas.
- Supervisar siempre el uso de columpios, resbaladillas y estructuras de escalada.
- Asegurar que el piso sea blando o de material absorbente en caso de caídas.
- Enseñar normas de convivencia como esperar turnos, no empujar ni correr en exceso.

- **Actividad sugerida:** hacer con los niños un “código de juegos seguros” en carteles ilustrados y colocarlos en el área de recreo.
-

4. Dormir seguro

El sueño es parte esencial del cuidado. Un descanso seguro evita accidentes y favorece la salud.

- Colocar siempre al bebé boca arriba para dormir.
- Usar colchones firmes y cunas sin almohadas, peluches o cobijas pesadas que puedan obstruir la respiración.
- Evitar el colecho en superficies blandas o con exceso de ropa de cama.

Actividad sugerida: realizar con padres y educadores un taller breve de “Buenas prácticas para dormir seguro”, con demostraciones prácticas.

5. Prevención del síndrome del bebé sacudido

Sacudir a un bebé, incluso de manera breve, puede provocar daño cerebral grave o la muerte. Es vital que todas las familias y cuidadores estén informados.

- Educar a padres y cuidadores sobre alternativas seguras para calmar al bebé (balanceo suave, porteo, contacto piel con piel).
- Difundir mensajes claros: “*Nunca sacudas a un bebé*”.

Actividad sugerida: entregar a las familias folletos ilustrados o realizar charlas sobre el tema, reforzando el mensaje con ejemplos prácticos.

6. Productos tóxicos y riesgos ambientales

Los niños exploran el mundo con curiosidad, lo que los expone a sustancias y objetos peligrosos.

- Evitar juguetes con pintura tóxica o materiales que puedan desprenderse.
- No usar aerosoles, insecticidas ni productos de limpieza cerca de los niños.
- Prevenir la exposición al humo del tabaco o a ambientes contaminados.

Actividad sugerida: crear con los niños un mural de “colores seguros y colores peligrosos”, donde identifiquen etiquetas rojas o símbolos de advertencia.

7. Riesgos en cualquier ambiente

Los niños pueden enfrentar situaciones de riesgo en su propio hogar, en la escuela o en la comunidad. Por ello, es clave enseñarles desde pequeños hábitos básicos de autocuidado:

- Reconocer que hay espacios y objetos con los que no deben jugar.
- Aprender a pedir ayuda cuando se sienten inseguros.
- Confiar en un adulto de referencia cuando tienen miedo o perciben un peligro.

Actividad sugerida: realizar dramatizaciones con los niños sobre “qué hacer si...”, por ejemplo: si ven un objeto peligroso, si se lastiman, si un compañero cae, o si se encuentran en un lugar desconocido.

Con estas recomendaciones se construye una cultura de **prevención y cuidado consciente**, donde la seguridad no limita la exploración, sino que la hace posible de manera saludable.

6.- Actividades de Salud y Seguridad

En el aula, las actividades de salud y seguridad buscan enseñar a los niños hábitos de higiene y cuidado personal, así como garantizar un ambiente seguro para jugar, comer y aprender. Incluyen el lavado de manos, la manipulación segura de alimentos, el uso de guantes ante líquidos corporales, la práctica de primeros auxilios, la higiene de los juguetes y superficies, y la correcta utilización de asientos de seguridad durante traslados. Estas prácticas no solo protegen a los niños de enfermedades y accidentes, sino que también fomentan la responsabilidad y la conciencia sobre su propio bienestar.

En el Aula:

Área	Actividad	Objetivo	Recomendación para adultos
Higiene personal	“Baile del lavado de manos” con pasos divertidos	Enseñar la importancia de lavarse las manos para prevenir enfermedades	Supervisar que los niños se laven antes de comer, después del baño y tras tocar juguetes o materiales compartidos
Manejo de alimentos	Juego de “preparación segura de alimentos” con demostraciones de lavado de manos	Evitar enfermedades transmitidas por alimentos	Mantener los alimentos refrigerados, evitar contaminación cruzada, supervisar la higiene en la manipulación de alimentos
Líquidos corporales	Simulaciones con muñecos (vómito, sangre, diarrea) y práctica de guantes	Proteger a los niños y al personal de infecciones	Usar guantes al limpiar líquidos corporales, desecharlos correctamente y lavar manos inmediatamente
Primeros auxilios	Revisión de juguetes y superficies, rutina de limpieza y organización	Reducir riesgos de accidentes y contagios	Todo el personal debe tener certificación de primeros auxilios y RCP; mantener botiquín completo y accesible
Área de juegos	Revisión de juguetes y superficies, rutina de limpieza y organización	Reducir riesgos de accidentes y contagios	Inspeccionar equipo de juego regularmente; mantener áreas limpias, secas y libres de objetos peligrosos
Transporte	Demostración de abrochar correctamente a los niños en asientos de seguridad	Proteger a los niños durante traslados	Usar asientos adecuados a edad/peso/altura; revisar cinturones y anclajes regularmente

7.- En la Casa:

En el hogar, las actividades de salud y seguridad buscan mantener un ambiente seguro y saludable para los niños, reforzando hábitos aprendidos en el aula. Se promueve el lavado de manos, la preparación segura de alimentos, la limpieza y supervisión de áreas de juego, la protección ante líquidos corporales y la disponibilidad de un botiquín de primeros auxilios. También se enfatiza el uso adecuado de asientos de seguridad en el transporte. Estas prácticas protegen a los niños de riesgos cotidianos y fortalecen la cooperación y hábitos de autocuidado dentro de la familia.

Área	Actividad	Objetivo	Recomendación para adultos
Higiene personal	Enseñar a los niños a lavarse las manos con canciones o juegos	Prevenir enfermedades dentro del hogar	Supervisar que se laven las manos antes de comer, después de ir al baño o al llegar de la calle
Manejo de alimentos	Involucrar a los niños en el lavado de frutas y verduras	Fomentar hábitos seguros con los alimentos	Evitar contaminación cruzada, refrigerar alimentos cuando sea necesario
Líquidos corporales	Enseñar a los niños que no deben tocar sangre o vómito	Mantener la higiene y seguridad en el hogar	Usar guantes y limpiar de manera segura cualquier líquido corporal; enseñar a los niños a no manipularlo
Primeros auxilios	Practicar con el botiquín familiar y explicar su uso	Preparar a los adultos para emergencias domésticas	Tener botiquín completo y accesible; adultos certificados en RCP y primeros auxilios
Área de juegos	Mantener juguetes limpios, revisar superficies y eliminar objetos peligrosos	Reducir accidentes en el hogar	Supervisar constantemente áreas de juego; limpiar y organizar regularmente
Transporte	Abrochar correctamente al niño en su asiento de seguridad en auto	Garantizar seguridad al trasladarse	Usar asiento adecuado a edad/peso/altura; revisar que los cinturones estén bien ajustados

8.- Ejemplo de actividades extra escolares sugeridas

Estas actividades permiten que los niños aprendan hábitos de cuidado personal, higiene, prevención de accidentes y seguridad, integrando la práctica de manera divertida y aplicada fuera del aula. Favorecen la autonomía, la conciencia sobre el propio bienestar y la responsabilidad hacia su entorno.

Ejemplos de actividades:

1. **Taller de lavado de manos y cuidado personal**
 - **Descripción:** Juegos y canciones que enseñan la forma correcta de lavarse las manos, cepillarse los dientes y mantener la higiene diaria.
 - **Habilidad desarrollada:** Autocuidado, prevención de enfermedades.
2. **Cocina segura para niños**
 - **Descripción:** Preparación de alimentos simples siguiendo normas de higiene y seguridad (lavado de frutas, uso de utensilios seguros).
 - **Habilidad desarrollada:** Manejo seguro de alimentos, conciencia sobre contaminación cruzada.
3. **Mini primeros auxilios y simulacros**
 - **Descripción:** Actividades con muñecos donde los niños aprenden cómo reaccionar ante cortes, caídas leves o accidentes domésticos, bajo supervisión.
 - **Habilidad desarrollada:** Reconocimiento de riesgos, respuesta segura ante emergencias.
4. **Juegos de seguridad en el hogar y escuela**
 - **Descripción:** Juegos de “señales de peligro” y rutinas de inspección de espacios de juego seguros.
 - **Habilidad desarrollada:** Identificación de riesgos, prevención de accidentes.
5. **Actividad de transporte seguro**
 - **Descripción:** Simulación de abrochar correctamente cinturones y uso de asientos de seguridad en vehículos con muñecos o sillas especiales.
 - **Habilidad desarrollada:** Seguridad vial, hábitos de transporte seguro.
6. **Exploración de hábitos saludables**
 - **Descripción:** Juegos y actividades que enseñan a mantener áreas limpias, lavarse las manos antes y después de actividades, y cuidado personal después del ejercicio o juego al aire libre.
 - **Habilidad desarrollada:** Higiene, autocuidado, prevención de enfermedades.

9.- Ficha técnica

Es un conjunto de actividades y prácticas educativas dirigidas a promover la higiene, prevención de accidentes y seguridad en niños y niñas de 0 a 6 años, tanto en el aula como en el hogar. Su implementación fortalece hábitos de autocuidado, conciencia sobre riesgos y bienestar integral, fomentando entornos seguros y saludables.

Cuaderno Pedagógico	
Título	Salud y Seguridad en la Primera Infancia: Hábitos y Prácticas para un Entorno Seguro
Definición	Es un conjunto de actividades y prácticas educativas dirigidas a promover la higiene, prevención de accidentes y seguridad en niños y niñas de 0 a 6 años, tanto en el aula como en el hogar. Su implementación fortalece hábitos de autocuidado, conciencia sobre riesgos y bienestar integral, fomentando entornos seguros y saludables.
Tipo de Herramientas Utilizadas	<ul style="list-style-type: none"> • Actividades pedagógicas de prevención y educación en salud. • Recursos para la enseñanza de higiene, manejo de alimentos y seguridad física. • Estrategias de juego y simulación para aprender sobre riesgos y medidas preventivas.
Ejemplos de actividades	<ul style="list-style-type: none"> • Lavado de manos: Canciones y juegos para aprender la técnica correcta. • Manejo seguro de alimentos: Preparación de frutas y alimentos simples bajo supervisión. • Uso de guantes y protección ante líquidos corporales: Simulaciones con muñecos. • Primeros auxilios y RCP: Simulacros y práctica con botiquín. • Seguridad en áreas de juego: Revisión de juguetes, superficies y espacios recreativos. • Transporte seguro: Simulación del uso correcto de asientos de seguridad según edad y peso. • Higiene y autocuidado: Rutinas de limpieza de manos, cepillado de dientes y cuidado personal.
	<ul style="list-style-type: none"> • Intrapersonal: Desarrollo de autocuidado y responsabilidad personal.

<p>Tipos de inteligencias múltiples involucradas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Corporal-kinestésica: Coordinación motora y conciencia del cuerpo en el juego y la seguridad. • Interpersonal: Colaboración y cuidado de otros durante actividades grupales. • Visual-espacial: Reconocimiento de espacios seguros, señalización y manejo de objetos.
<p>Área Curricular en las cuales se puede desarrollar</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Educación en salud e higiene • Desarrollo social y emocional • Actividades complementarias extracurriculares • Educación inicial y preescolar • Educación en valores y seguridad
<p>Políticas del establecimiento y de los comités de profesores y de los padres</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Alineada con políticas de bienestar infantil, prevención de riesgos y pedagogía inclusiva. • Compatible con programas de educación integral y salud escolar. • Apoyada por comités escolares y familias como estrategia de prevención y seguridad. • Recomendable su integración en el Proyecto Educativo Institucional (PEI).
<p>Recomendaciones</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Supervisar todas las actividades de higiene y seguridad. • Mantener un ambiente libre de riesgos físicos y químicos. • Garantizar acceso a botiquín, guantes y equipo de seguridad. • Promover la constancia de rutinas de higiene y autocuidado. • Integrar prácticas lúdicas y participativas para el aprendizaje de seguridad y salud.
<p>Variaciones</p>	<p>Generales:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Canciones y juegos sobre lavado de manos. • Simulación de situaciones de riesgo con muñecos. • Actividades grupales de limpieza y organización de áreas de juego. <p>Infancia (3 a 6 años)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lavado de manos guiado por adultos. • Juego con juguetes seguros y supervisados.

	<ul style="list-style-type: none"> • Enseñanza del uso de guantes y protección básica ante líquidos corporales.
Ver también	<p>Cuaderno Pedagógico:</p> <p>#15 Inteligencias Múltiples</p> <p>#23 Conocerse a sí mismo</p> <p>#25 Enseñanza con respiración consciente</p> <p>#27 Autocuidado, higiene y conexión emocional</p> <p>#28 Técnicas antiestrés para maestros/as y familias</p>

Reflexión para uno mismo

Como adulto y guía de los niños, mi responsabilidad no solo está en enseñar, sino en modelar hábitos que protejan su bienestar. Cada acción que realizo lavarme las manos, mantener el entorno seguro, enseñar a respetar normas y límites es una semilla que siembro en su desarrollo. Reflexiono sobre mi propio cuidado, porque al cuidar de mí mismo, estoy mejor preparado para cuidar de ellos. La seguridad y la salud no son solo reglas; son actos de amor, respeto y compromiso con la vida que confían a mis manos

Algunas preguntas que puedes hacerte:

1. ¿Estoy modelando hábitos de higiene y autocuidado para los niños a mi cargo?
2. ¿Reviso regularmente que el aula y las áreas de juego sean seguras y libres de riesgos?
3. ¿Cómo reacciono ante una situación de emergencia? ¿Estoy preparado y tranquilo para actuar?
4. ¿Mis prácticas de manejo de alimentos y limpieza reflejan los estándares de seguridad e higiene?
5. ¿Estoy fomentando en los niños la conciencia sobre su propio cuidado y el respeto por los demás?
6. ¿Tengo mi botiquín, guantes y equipo de primeros auxilios accesibles y en buen estado?
7. ¿Reflexiono sobre mi propio bienestar y salud, y cómo esto influye en mi capacidad de cuidar a los niños?
8. ¿Integro la prevención de accidentes y el cuidado de la salud en las actividades diarias de manera lúdica y participativa?

12. Bibliografía

1. American Academy of Pediatrics (AAP). (2021). *Caring for Your Baby and Young Child: Birth to Age 5*. Bantam.
2. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). (2023). *Child Development and Safety Guidelines*. CDC.
3. Perry, B. D., & Szalavitz, M. (2023). *The Boy Who Was Raised as a Dog: And Other Stories from a Child Psychiatrist's Notebook*. Basic Books.
4. Zero to Three. (2020). *Caring for Infants and Toddlers: Health and Safety Guidelines*. Zero to Three Press.
5. Ginsburg, K. R., & Jablow, M. M. (2022). *Building Healthy Children: A Pediatric Guide to Promoting Wellness and Safety*. American Academy of Pediatrics.
6. National Resource Center for Health and Safety in Child Care and Early Education (NRC). (2022). *Caring for Our Children: National Health and Safety Performance Standards, 4th Edition*.
7. World Health Organization (WHO). (2021). *Early Childhood Development: A Multisectoral Approach for Health and Safety*. WHO Press.
8. Hockenberry, M. J., & Wilson, D. (2022). *Wong's Nursing Care of Infants and Children*. Elsevier.
9. National Safety Council. (2023). *Child Safety and Injury Prevention Guidelines*.
10. Goleman, D. (2013). *Focus: The Hidden Driver of Excellence*. Bloomsbury. (Incluye pautas sobre atención y autocuidado en entornos educativos).

1. Anexo: Lavado de manos paso a paso

Lavado correcto de manos



Descripción:

El lavado de manos es una forma eficaz de eliminar gérmenes y prevenir infecciones. Debe hacerse mojando las manos, aplicando jabón y frotando durante al menos 20 segundos, incluyendo muñecas, dorso, entre los dedos y uñas. Enjuague bien y seque con papel desechable. Si no hay agua y jabón, use desinfectante con al menos 60 % de alcohol.

Objetivo: Fomentar hábitos de higiene y prevención de enfermedades.

2. Anexo: Organización segura del área de juegos



Descripción:

Este anexo muestra cómo disponer los juguetes y el mobiliario en el aula o patio para prevenir accidentes. Incluye ejemplos de superficies seguras, delimitación de áreas y señalización de riesgos. Supervisión Activa como contar constantemente a los niños/as antes y después de cada transición.

Objetivo: Prevenir accidentes y crear un ambiente seguro para el juego.

3. Anexo: Botiquín de primeros auxilios y equipo de protección



Descripción:

Este anexo incluye imágenes y listado del contenido mínimo de un botiquín de primeros auxilios adaptado para entornos infantiles, además del uso correcto de guantes y mascarillas en situaciones de riesgo.

Objetivo: Enseñar el manejo adecuado de emergencias y protección ante líquidos corporales.

4. Anexo: Seguridad en los alimentos



Descripcion: La seguridad en los alimentos es esencial para proteger la salud de los **infantes, niños pequeños y preescolares**, ya que su sistema inmunológico aún está en desarrollo. Es importante **lavarse las manos antes de preparar o servir alimentos**, mantener los **utensilios y superficies limpios**, y **cocinar los alimentos a la temperatura adecuada**. Los alimentos percederos deben **refrigerarse de inmediato**, y nunca se deben ofrecer **comidas duras o pequeñas** que puedan causar **asfixia**, como nueces, uvas enteras o trozos grandes de zanahoria. Mantener buenas prácticas de higiene ayuda a prevenir enfermedades y garantiza que los niños coman de forma segura y saludable.

Objetivo:

Promover prácticas seguras de manipulación y preparación de alimentos para proteger la salud de infantes, niños pequeños y preescolares, previniendo enfermedades y riesgos de asfixia mediante una adecuada higiene y conservación de los alimentos.

5. Anexo: Transporte Seguro

¡Los asientos de seguridad salvan vidas!



Fuente: Administración Nacional de Seguridad del Tránsito en las Carreteras

Descripción:

El transporte seguro garantiza la protección de los niños durante los traslados en automóvil, autobús o caminatas escolares. Incluye el uso correcto de **asientos de seguridad según la edad y el peso**, el **supervisar siempre a los niños al subir y bajar del vehículo**, y **asegurarse de que los cinturones estén bien ajustados**. También implica enseñarles normas básicas de seguridad vial.

Objetivo:

Garantizar que todos los niños viajen de forma segura, promoviendo el uso adecuado de los sistemas de retención infantil y la educación sobre seguridad vial para prevenir accidentes.