

# Porta toallas, perchero, agua segura y espejo

¡Bienvenidos! En esta lección aprenderemos a crear un porta toallas sanitarias, un perchero casero, colocar agua segura y un espejo en nuestro rincón de higiene. ¡Comencemos a transformar nuestro **Rincón de Higiene** juntos!

Primero, quiero compartirte **un dato importante:**

## ¿Sabes qué es el Manejo de Higiene Menstrual (MHM)?

A través del MHM, buscamos garantizar que cada niña y adolescente pueda cuidar de su salud, sin estrés ni barreras innecesarias. Lo que implica usar materiales limpios, cambiarlos en privacidad, lavarse con agua y jabón, junto a tener acceso a instalaciones seguras para deshacerse de la basura de manera discreta y digna. Por esto, en nuestro rincón de higiene de cuarto a sexto primaria, incluiremos un **porta toallas sanitarias** para que cada niña y adolescente pueda contar con seguridad, privacidad y salud durante su periodo menstrual.



## ¿Qué es un porta toallas sanitarias?

Si eres docente de cuarto a sexto primaria implementa el **porta toallas sanitarias**, que proporciona un acceso fácil a las toallas sanitarias de emergencia para las preadolescentes, también agrega un toque cultural al ambiente de nuestro rincón, promoviendo la identidad de nuestros estudiantes.



## Creación paso a paso

### Materiales

- Dibujo de una muñeca típica de Guatemala
- Tela típica de Guatemala para la falda
- Tijeras
- Pegamento textil o máquina de coser
- Toallas sanitarias



## Procedimiento

- 1. Preparación del dibujo:** recorta el dibujo de la muñeca y pégalo en un soporte resistente, como cartón o tela reciclados.
- 2. Confección de la falda:** corta la tela en forma de falda, asegurándote de dejar suficiente tela para hacer un dobladillo. Luego, cose los lados de la tela para formar la falda que cubrirá las toallas sanitarias, lo que permitirá mayor privacidad en su uso.
- 3. Unión de la falda al dibujo:** utiliza pegamento textil o cose la falda al dibujo en la parte inferior, dejando espacio en la parte posterior para deslizar las toallas higiénicas.
- 4. Colocación de las toallas:** coloca las toallas higiénicas en la parte posterior de la muñeca, entre la tela y el dibujo, asegurándote de que estén bien sujetas y accesibles para los estudiantes.



## ¿Qué es un perchero o colgador?

Un **perchero o colgador de toallas de tela** en el salón de clases es esencial para fomentar la autonomía y la organización en los estudiantes. Además, al utilizar materiales reciclados reforzamos la importancia de cuidar el medio ambiente.

## Creación paso a paso

## Materiales

- Madera o cartón reciclado (puede ser alguna rama en buen estado)
- Pinturas de colores.
- Pinceles.
- Tijeras.
- Pegamento fuerte.
- Clavos o ganchos de ropa de madera

## Procedimiento

- 1. Preparación del material:** recolecta una tira de madera o cartón reciclado de la medida adecuada para colocar la cantidad de toallas necesarias.
- 2. Diseño del perchero:** recorta el cartón o la madera en la forma deseada para el perchero.
- 3. Decoración:** Pinta y decora el perchero con motivos de bellotas y hojas utilizando papel de colores.
- 4. Fijación de los ganchos:** al tener la pintura seca, coloca los clavos cuidadosamente o pega los ganchos de madera viendo hacia abajo para que actúen como ganchos para colgar toallas.
- 5. Montaje y colocación:** coloca el perchero o colgador utilizando tela o clavos para fijarlo en la pared.



## ¿Qué es el agua segura?

El agua segura es aquella que está libre de contaminantes y es segura para consumir, sin riesgos para la salud.

Es importante colocar en nuestro Rincón de higiene **una cubeta con agua segura, con tapadera y chorro** en un lugar adecuado para que los estudiantes puedan tener fácil acceso para beber de ella, reforzando así un estilo de vida saludable.



¡Listo! ¡Estamos a un paso de completar nuestro rincón de higiene!



## ¡Coloquemos un espejo en nuestro Rincón de Higiene!

Recuerda incluir un espejo en tu Rincón de Higiene, el cual brinda la oportunidad de cultivar el autoestima y la confianza en nuestros estudiantes. Al reflejar su propia imagen, les recordamos su importancia y el valor de los buenos hábitos de higiene en la rutina diaria. Recuerda motivar a cada niño y niña para que se miren en el espejo y reconozcan ¡que la mejor regalo del día, es una sonrisa!

¡Estamos listos para disfrutar nuestro rincón de higiene junto a nuestros estudiantes!  
¡Que nuestro espacio sea un lugar de cuidado, aprendizaje y bienestar para todos!



