

# Higiene es salud



**Biblioteca Miraltornes**

BIBLIOTECA MIRALTORNES - Centro Cultural Miraltornes - Calle Lugo, s/n, 37003 Salamanca  
Tel.923183690 - web: <http://bibliotecas.aytosalamanca.es>

# Higiene personal



2

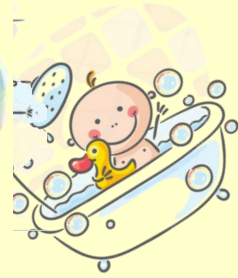
Adquirir hábitos de higiene saludables es fundamental para nuestro bienestar y es importante que tanto en casa como en el colegio seamos capaces de transmitir a los niños la importancia de los mismos. Con una buena higiene estamos evitando que los niños caigan enfermos y fomentando el bienestar personal y las relaciones interpersonales.

La higiene personal es el concepto básico del aseo, de la limpieza y del cuidado del cuerpo humano. Son una serie de hábitos relacionados con el cuidado personal que inciden positivamente en la salud y que previene posibles enfermedades e infecciones.

La higiene personal no sólo es sinónimo de limpieza sino también de salud. La falta de higiene no pasa desapercibida.

Un olor y una apariencia desagradables la delatan pero, además, una persona con mala higiene puede transmitir gérmenes a los que le rodean.

La mejor forma de mantenerse limpio y sano es duchándose cada día con agua y jabón. Gracias a la ducha diaria, desaparecen el sudor, los restos de descamación, el polvo y la suciedad del exterior.



# Bebeteca



## Nacho ya no usa el orinal

Liesbet Slegers  
Edelvives ([Nacho] ; 6)

## ¡No quiero hacer pipí en el orinal

Roser Rius  
(Colección cucú)

## ¿Qué le pasa a mi cabello?

Satoshi Kitamura  
Fondo de Cultura Económica  
(Los Especiales de la Orilla del Viento)

## ¡Al agua !

Roser Capdevilla  
Cromosoma  
(Las tres mellizas bebes)

## ¡Voy!

texto e ilustraciones de  
Matthieu Maudet  
Océano

## El baño

Nadia Berkane y  
Alexis Nesme Bruño  
(Bebé Koala ; 2)

## ¡Fuera pañales!

Fiona Watt  
Usborne  
(El mundo del pequeñín)

## Dudú y el orinal

Annette Swoboda  
Juventud

## Pepo y su orinal

Sibylle Delacroix  
Bruño

## Yo me lavo

ilustraciones de Amélie Graux  
Juventud

## El baño de Peca y Lino

texto de Carmen SM  
(Peca y Lino)



3

## Colección los libros de Mim

### El orinal :¡Bieeen!

Leslie Patricelli  
Bruño  
(Los libros de Mim)

### El baño : ¡Choff!

Leslie Patricelli  
Bruño (Los libros de Mim)

# i-1 de 4 a 6 años

**Lavarse es divertido :**  
cosas que debes saber para mejorar tu higiene personal  
Mario Gomboli  
Bruño (lobo rojo)

**El baño de Andrés**  
David McPhail  
Espasa-Calpe

**El arte de la baci**  
Jean Claverie, Michelle Nikly  
Lóguez

**Alex hace limpieza ;  
Alex va al dentista**  
Emilia González Ordás  
Everest  
(La torre y la flor ; 120)

**Olivia no quiere bañarse**  
Elvira Lindo  
SM (Cuentos de ahora ; 15)

**Ruby,  
¿para qué sirve  
el orinal?**  
Paul [texto ] y  
Emma Rogers [ilustración]  
Timun Mas



*Es importante y oportuno lavarse las manos:*

- Al llegar a casa
- Antes de comer
- Antes de preparar o servir alimentos
- Después de ir al baño
- Después de utilizar pañuelos
- Después de jugar y de tocar dinero o animales

**El hermano de Juan Sucio**  
cuento popular  
recogido por Laura  
La Galera  
(La sirena ; 42)

**La visita**  
texto e ilustraciones de  
Helme Heine Altea  
(Altea Benjamín ; 91)

**El monstruo de cepillo de dientes**  
escrito por Rose Impey  
Anaya  
(Los traviesos)



**El cuento de doña Ratoncilla**  
Beatrix Potter  
Debate  
(Los libros originales de Perico el conejo travieso ; 11)

**La hora del baño**  
Textos de Piedad Ateka  
Librifera (Locomotora ; 7)



4

**Historias para explicar antes de bañarse**  
Maria Enrich  
Timun Mas

**El vampiro va de boda**  
Lola Núñez y Rocío Antón  
Alfaguara  
(Próxima parada Alfaguara. Serie verde)



**Hoy toca ducharse**  
Manuela Monari  
Tuscania

**Tengo ganas de**  
Manuela Olten  
Kalandraka  
(Libros para soñar)

**Emma no se quiere bañar**  
Esther Larrío Edebé  
(Tren azul ; 46)

**Pica y rasca**  
Miriam Moss  
Serres

**Este monstruo me suena**  
Gabriela Keselman  
La Galera

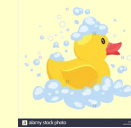
**Yared visita al dentista**  
Amalia Pérez Otero  
Nova Galicia

**Cómo lavar a un mamut lanudo**  
Michelle Robinson,  
Kate Hindley  
Ediciones Jaguar  
(Miau)

**Una hora en el baño**  
Anne Decis  
(Montaña Encantada)

**Me gusta mi orinal**  
Lara Jones  
Molino

**Mamá, tengo pipí**  
Guido van Genechten  
Elfos



**Piratas de jabón**  
Miguel Howe  
SM (Cuentos de ahora ; 29)

**¡Un hipopótamo en la bañera!**  
texto de Kyoko  
Lata de Sal (Vintage)

**Un regalo genial**

**¡Salte quien pueda!**  
[texto] Agnès de Lestrade  
Tramuntana

**En casa de los tres cerditos huele mal**  
Montse Gisbert  
Canica Books

**Tengo piojos**  
Anna Cannyelles  
Edebé



5

# Colecciones

i-2 de 7 a 9 años



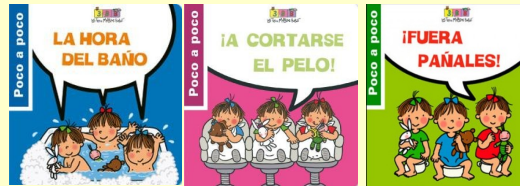
## Colección los piratas

**La planta del pie**  
Ma Ángeles Jiménez  
SM (Los piratas ; 18)

**Martín en la bañera**  
Renate Welsh  
SM ( Los piratas; 27)

**¡Lávate las manos!**  
Tony Ross  
SM (Barco de vapor.  
Los piratas ; 64)

## HIGIENE DEL CUERPO



## Colección Las tres mellizas bebés. Poco a poco

**La hora del baño**  
texto a partir del guión original, Estel Baldó, Rosa Gil y Maria Soliva  
Cromosoma

**¡A cortarse el pelo!**  
texto a partir del guión audiovisual,  
Estel Baldó  
Cromosoma

## Colección Rugrats. (Aventuras en pañales)

**Angélica y el doctor perlas**  
textos de Celice Schoberle  
Ediciones B  
( Quiero leer. Rugrats. Aventuras en pañales)



6

**Cintia limpia**  
Laura Beaumont  
SM  
(Catamarán. Serie azul ; 10)

**Orejas de abeja**  
Antonio A. Gómez Yebra  
Algaída  
(El grillo ; 10. Rojo)

**El cazador de nubes**  
Antonio Gómez Rufo  
Anaya  
(Luna de Papel ; 27)

**Armada hasta los dientes**  
Miquel Desclot  
Algar  
(Cartera de valores ; 6)

**La princesa bola de barro**  
Anna Gasol y  
Teresa Blanch  
Almadraba  
(Picnic ; 1)

**Dientes relucientes**  
Antonio A. Gómez Yebra  
Algaída  
(El grillo ; 9. Amarillo)

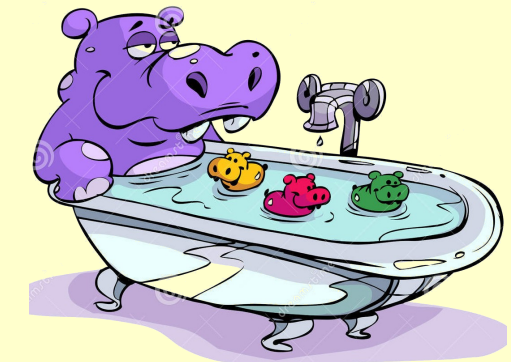
**Apestoso tío Muffin**  
Pedro Mañas  
Anaya



## Colección Mordiscos

**¡Fuera roña!**  
Max Dann  
Diagonal Grup 62  
(Mordiscos)

**En el vertedero con Dinsmore**  
Margaret Mahy



7

# Conocimientos

## Higiene personal

Ernesto Smyth Chamosa  
Nova Galicia  
(Qué me dices de...)  
I-613

## La invitación

Pilar Ramos  
Parramón  
(Primeras lecturas.  
Higiene y cuidado personal)  
I-1 394

## Salud, Higiene, Bienestar y forma física

Steve Parker  
Molino  
I-613

## Bienestar y Salud

a cualquier edad  
Edocusa  
613

## Los primeros

**18 meses de tu hijo**  
Hispano Europea  
(Salud & Bienestar)

## Lavarme los dientes

Jackie Gaff  
Everest  
(¿por qué debo...?)  
I-1 613

## Lavarme las manos

Jackie Gaff  
Everest  
(¿por qué debo...?)  
I-1 613

## Dientes

Genichiro Yagyū  
Media Vaca  
(El mapa de mi cuerpo ; 4)



## Colección Erase una vez... el cuerpo humano Planeta -Agostini

- La piel
- El gusto y el olfato
- El oído
- Los dientes
- El aspecto físico
- La nutrición Y la alimentación
- Vol I y Vol. II
- Vigilando las entradas
- Hogar y salud



# SOSmos padres

## 365 consejos para el cuidado del bebé

Penny Warner ;  
en colaboración con Paula  
Kelly  
Oniro  
(El niño y su mundo)

## Maternidad y lactancia : desde el nacimiento hasta los seis meses

Gro Nylander  
Granica  
(Crecimiento personal)

**Higiene personal :**  
cómo enseñar normas  
de aseo a los niños  
Pat Crissey  
Paidós

(Guías para padres ; 86)



## El libro de las bacterias: feos gérmenes, virus malos y hongos chungos

Steve Mould  
I-57



**De vuelta en casa con el  
recién nacido :**  
**los cuidados básicos del  
bebé durante las  
seis primeras  
semanas**  
Laura Zahn  
Oniro

**Las madres primerizas  
saben que su vida va a ser  
muy distinta cuando vuelvan  
a casa con su hijo  
recién nacido.**

Pero ¿cuáles serán exactamente esos cambios? ¿Cómo transcurre el día a día de un recién nacido? Estos libros contienen información sumamente útil sobre el cuidado básico del bebé durante las seis primeras semanas de vida: · Técnicas para calmar a un bebé que llora · Cómo alimentarlo y hacerlo eructar · Cómo coger, transportar, bañar y entretener a un recién nacido · Cuándo, dónde y cómo cambiar un pañal · La ropita y la colada del bebé · Qué hace un recién nacido --y sus papás -- durante el día (y por la noche) ... y sobre todo su aseo, porque una buena salud va de la mano de una buena higiene y a la inversa....

### Las enfermedades infantiles

[texto Constantino Sábado Álvarez]  
Salvat  
(Mi familia)

### Preparaos, papás

Román Baraibar, Vicente Molina y Caterina Munar  
Plaza & Janés

### ¡Tengo piojos!

Donna Caffey  
Juventud

### La aventura de ser padres : cuidados y educación en la infancia

Roberto Sainz Ruiz  
Libertarias (Saber vivir)

### Bebé sano

Janet Balaskas  
Grijalbo

### El ABC de la salud de tu hijo :

todo lo que los padres necesitan saber acerca de la salud de sus hijos  
William Feldman  
Oniro



El trabajo más difícil del mundo es el de ser un buen padre o una buena madre, y aún así, es una tarea que llega cuando aún no se está preparado. La paternidad también es una oportunidad para que los adultos recreen su propia infancia aprendiendo de sus hijos

Estos libros nos enseñan lo importante que es la presencia de los padres en el desarrollo óptimo de un niño recién nacido y potencian el crecimiento armonioso del bebé, con unos buenos consejos sobre : salud, higiene, comidas, hábitos...

### Aprender a dejar los pañales :

lo que deben saber los padres para que sus hijos tengan un buen desarrollo y una buena educación en el aseo  
Gabriele Haug-Schnabel:

### Adiós pañales! :

guía práctica para tener días y noches secos  
Jane Gilbert  
Parramon



10

### Higiene personal :

cómo enseñar normas de aseo a los niños  
Pat Crissey  
Paidós

### Monstruos supersanos : hábitos saludables para toda la vida

Valentín Fuster  
Planeta, (Barrio Sésamo 123)

### Dejar el pañal : un programa en 5 pasos

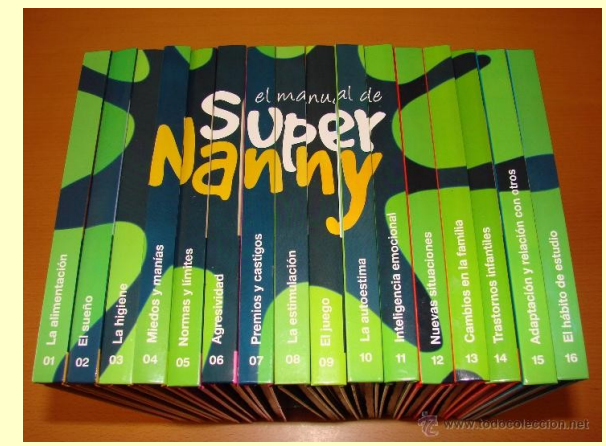
Teresa Rosillo Aramburu  
Pirámide  
(Guía para padres y madres)



- 01 - La alimentación
- 02 - El sueño
- 03 - La higiene
- 04 - Miedo y manías



11



### COLECCIÓN EL MANUAL DE SUPERNANNY textos, Rocio Ramos-Paúl y Luis Torres de Cardona Cuatro

Colección completa de libros de la serie de **Supernanny**. Cada libro incluye un DVD con videos de casos completos. Ilustraciones a todo color, ideal para padres comprometidos con la educación, salud y bienestar de sus hijos.