



El orden y la limpieza

Generalmente **el aspecto externo que damos dice mucho de nosotros**. Es lógico que una persona preocupada por el orden tienda a dar una imagen aceptable de su persona y de sus cosas.

Esa pulcritud consiste en la práctica habitual de la limpieza, la higiene y el orden en nuestras personas, nuestra ropa, nuestros espacios y nuestras cosas.

- ✓ No ir con los mocos colgando: acostumbrese a usar los pañuelitos descartables y a no dejarlos tirados u olvidados por cualquier lugar.
- ✓ Lavarse los dientes siempre después de desayunar, comer y cenar. Si comen en el colegio, es bueno que lleven en la mochila su cepillo de dientes para poder vivir esta costumbre.
- ✓ Lavarse las manos antes de comer.
- ✓ Decirle a mamá que nos corte las uñas de las manos y de los pies.
- ✓ Acostumbrar a los hijos a que vivan la higiene de sus partes íntimas desde que sean muy pequeños. Al principio habrá que ayudarles y explicarles cómo hacerlo, pero eso es algo que antes de los seis años tienen ya que hacer solos.
- ✓ Por supuesto, ducharse todos los días, ya sea por la noche o por la mañana.
- ✓ Lavarse las manos después de haber pasado por el baño.
- ✓ Saber distinguir ellos solos cuándo la ropa está sucia y hay que ponerla en el lavarropas.
- ✓ Procurar ir manchándose lo menos posible cuando comen.
- ✓ Procurar cuidar su atuendo personal. Es importante que sepan



distinguir si van con ropa «de diario» o con ropa de salir, pues en este último caso hay que hacerles ver que no está bien que se tiren por el suelo, se suban a los árboles o se pongan a jugar al fútbol. En el caso de las niñas, hacerles ver que no es lo más correcto ponerse a hacer la vertical o a dar volteretas cuando van con pollera o vestido.

- ✔ Procurar que vayan cuidando el pudor y que no vean normal el ir por la casa desnudos, aunque sean muy pequeños.
- ✔ Un aspecto muy importante de la limpieza está en todo lo relativo a sus tareas escolares, con el cuidado y el orden de su mochila, libros, etc.
- ✔ Hay que procurar que, a medida que pasa el tiempo, salgan un poco más limpios cuando los buscamos del colegio. *La verdad es que en 1º grado da pena ver cómo salen: parece que vinieran de la guerra, llenos de manchas de comida, de barro, con los zapatos llenos de tierra, con el uniforme lleno de unos manchones que no hay detergente que pueda con ellos... Pero, a medida que van creciendo, van también interiorizando el valor de la limpieza, y todo esto acaba pasando a la historia. Tan solo hay que armarse de paciencia y ser positivos, felicitándoles mucho cada vez que notemos que mejoran en este aspecto. No obstante, tengamos en cuenta que los niños a estas edades tienen que ensuciarse, es lo normal, ya que están siempre jugando y moviéndose.*
- ✔ Inculcarles buenas costumbres en la mesa, como no estirarse, no hacer ruidos, no meter los dedos en el plato, etc.



Fuente:

Educar en el orden
Pablo Garrido Gil