

## NIVEL PRIMARIO - ÁREA: CIENCIAS NATURALES / 3° Grado

### Primer Ciclo

Profesor: Néstor Cazón

#### Clase 2

### El cuerpo humano y sus cuidados

#### Contenido

- Conocimiento y valoración de acciones de prevención de la salud favoreciendo la comprensión del concepto de estado saludable.

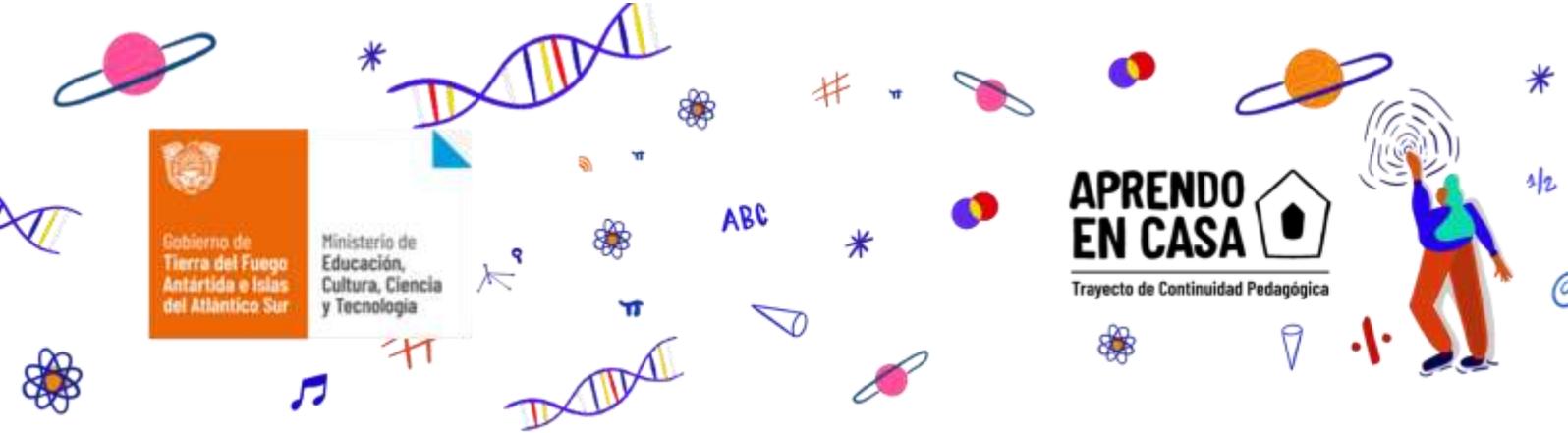
#### Introducción

Después de analizar en familia lo que significa el bienestar físico, mental y social, lo que llamamos ESTADO SALUDABLE, en esta clase abordaremos algunos aspectos de la higiene en general, y en el efecto de los productos que utilizamos para tener una buena higiene corporal, en particular. Es momento de hacer algo de historia, ¿Comenzamos?

#### Actividades

1. Entre todos vamos a hacer un ejercicio de imaginación. Supongamos que se nos agota el jabón, el shampoo y el detergente, y no tenemos para higienizarnos. ¿Bastará solo lavarse con agua?
- 2.





Está demostrado que no ¿Entonces? Leamos el relato de un abuelo que nos cuenta sobre cómo se higienizaban nuestros antepasados.

*Nos cuenta don Jacinto...*

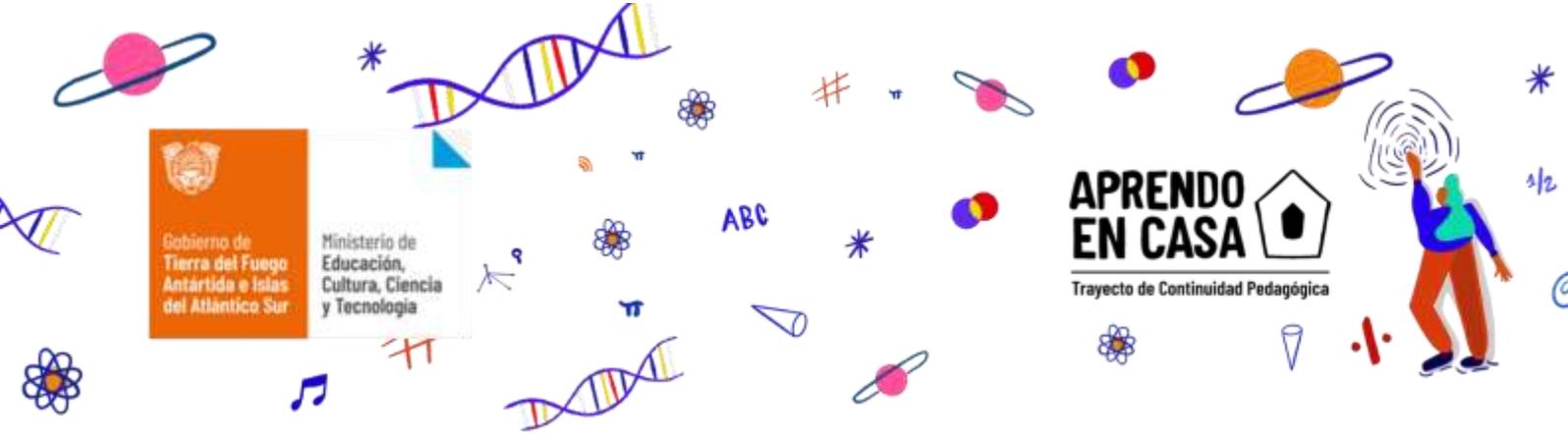
*Mis abuelos, hace unos años, no muchos, tenían formas distintas de higienizarse, no usaban jabones ni el “champú”. Para lavarse la cabeza tenían un polvo, como una sal, que cosechaban por entre los cerros, llamada COIPA, y es muy buena, dejaba al pelo bien brillante... y sano. Será por eso que no tenían ni una cana esos viejitos... jijiji.*

*Y, cuando escaseaba la coipa, era bueno lavarse con ceniza de la hoguera, ese polvito gris, no el negro que es carbón. La ceniza era nuestro detergente para lavar las ollas y los platos, la ceniza saca toda la grasa, sabelo...*

*Mis abuelos no sabían de productos para la higiene, pero de Higiene sabían...*

Jacinto nos dijo algo sobre la COIPA, y nos contó que sus abuelos la encontraban “entre los cerros...”, leamos algo al respecto. Les tengo dos fichas en las que tomé nota sobre ese *jabón* de los abuelos.





## Coípa o collpa

La coípa está conformada por sales que se depositan en la superficie del suelo debido a la evaporación del agua de filtraciones (se la denomina eflorescencias) y se producen en ciertos salares andinos.

Se utilizaba a la manera de jabón natural, pero además servía para la preparación de algunos alimentos y en el teñido de tejidos.

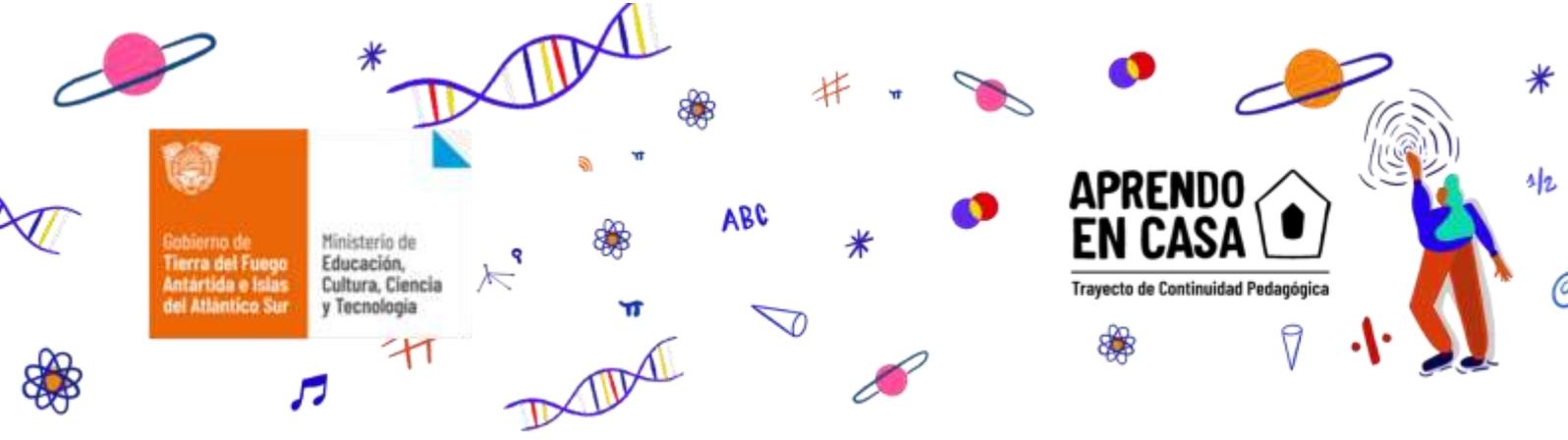
Alonso, R. (28/08/2018)

### La coípa de los salares andinos

Coípa, tal como se la conoce en la Puna y en algunos otros lugares de los Andes Centrales de Perú, Bolivia, Chile y Argentina, es el carbonato de sodio. Es difícil encontrarla pura, sino más bien formando una mezcla con otras sales. No debe confundirse con el famoso salitre, pues este está formado por sales distintas.

La coípa se encuentra como eflorescencias en las orillas de los salares. Se distingue por su color níveo, aspecto pulverulento y su sabor ligeramente picante que la diferencia del salado de la sal común.

Se puede utilizar como jabón o champú para del lavado del cabello, para el lavado de lana esquilada de ovejas o el pelo de los camélidos, especialmente el de las llamas o alpacas. Se la aplica como mordiente natural en el teñido de textiles realizados con lana de ovejas.



También nos comentaba sobre el uso de las cenizas. Preguntá a tus papis, o a algún adulto, si tienen en casa alguna parrilla o un hogar en el que se pueda encontrar un poco de ceniza. Intentá lavar un plato que esté untado con aceite o grasa con una cucharada de ceniza en una esponja mojada. Verifiquemos lo que el abuelo Jacinto nos enseñó.

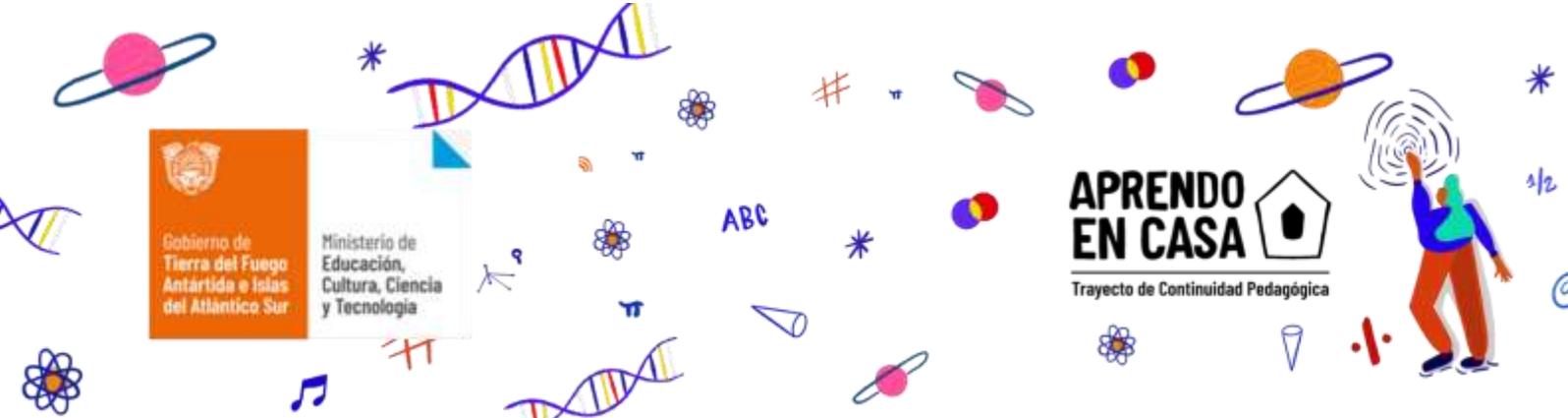
3. En familia, los desafío a que respondan qué y para qué utilizan los productos al momento de higienizarse (higiene del cuerpo). Los ayudo con una respuesta, Uds. hagan un listado con otras que consideren más importantes.

- El shampoo ----- para lavarnos el pelo.
- ...

4. Ahora, ¿qué efecto produce uno de los productos que más usamos para higienizarnos?

Podemos investigar sobre ellos, los invito a leer este texto para saber un poco más...





## ¿Cómo funciona el jabón?

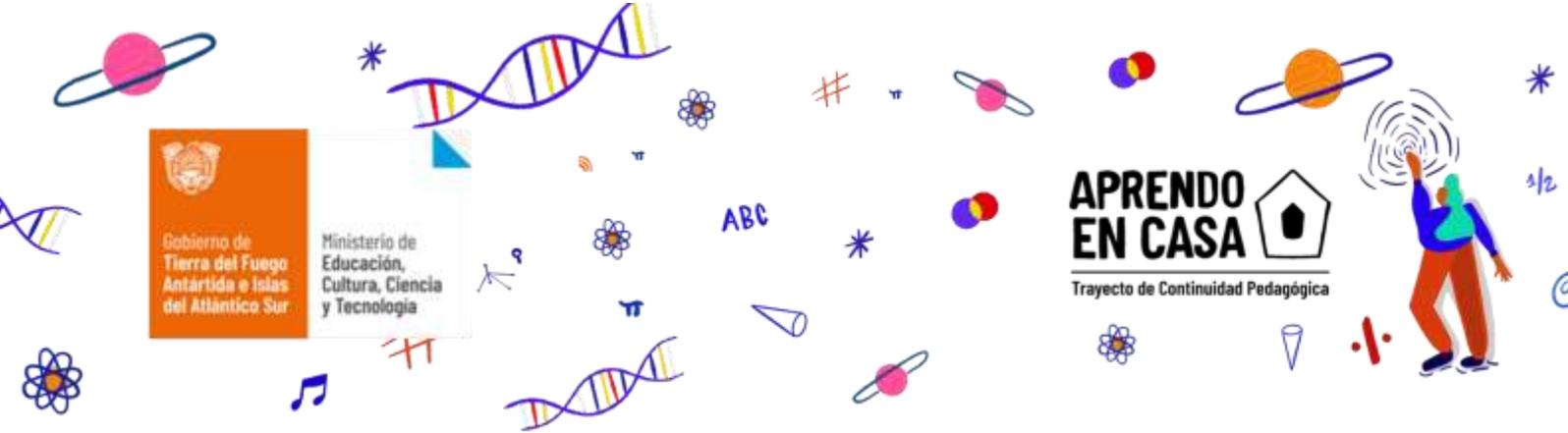
En la historia, el ser humano no siempre se ha preocupado por la higiene y la limpieza, a veces descuidó el aseo del cuerpo, así como la limpieza del entorno que lo rodeaba. De esta manera, se generaron pestes que fueron muy perjudiciales, por ejemplo la peste bubónica que se propagó hace muchos años en lo que hoy es Italia. Sin embargo, se gestó el jabón que es una de las sustancias químicas más antiguas.

El jabón es un artículo que usamos a diario para la higiene personal o para lavar infinidad de cosas, su presentación puede ser en pastilla, polvo, crema o líquido.

El agua por sí sola no puede remover la suciedad o la grasa que se encuentra sobre la piel, hay que recordar que las grasas y el agua no se mezclan. Ciertamente hay sustancias que se unen al agua perfectamente, igual que existen las que pueden mezclarse con las grasas, pero el agua y la grasa no son capaces de unirse entre sí.

El jabón sí logra mezclar el agua con la grasa. Esta unión es lo que hace que este producto sea un disolvente que elimine el agua y la grasa de las manchas encontradas tanto en la ropa como en la piel durante el lavado.





5. ¡Les propongo un desafío científico! ¿Cómo demostrarían con un experimento si lo que dice el texto anterior es cierto? Para ello deberán realizar un listado de los materiales que van a usar y describir “el paso a paso” de la demostración.
6. ¿Jabón o detergente? Vamos a hacer una experiencia para diferenciarlos. Necesitarán de los siguientes...

### MATERIALES

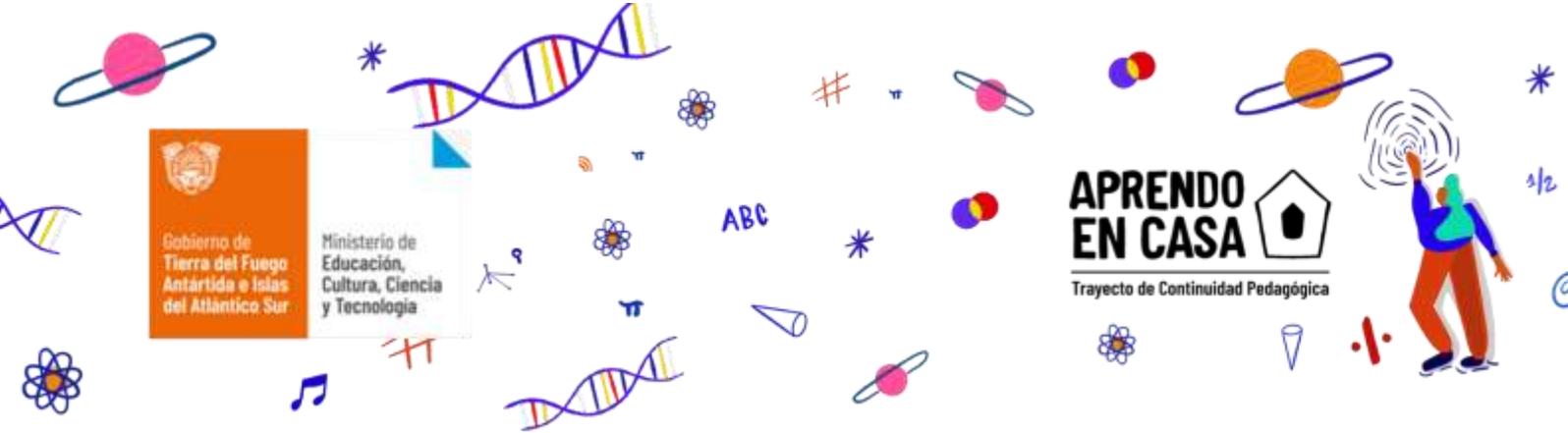
- Dos vasos con agua salada.
- Detergente.
- Jabón líquido (o en pan que deberá rallarse y disolverse en un poco de agua)
- Dos cucharitas.



### PROCEDIMIENTOS

- A. Poner en un vaso de agua salada una cucharadita de detergente. Mezclar.





- B. Poner una cucharadita de jabón líquido o la pasta hecha con jabón en pan en el otro vaso de agua salada.
- C. Mezclar el contenido de ambos vasos.
- D. Observar y registrar en el cuaderno la diferencia entre las mezclas logradas en cada vaso.

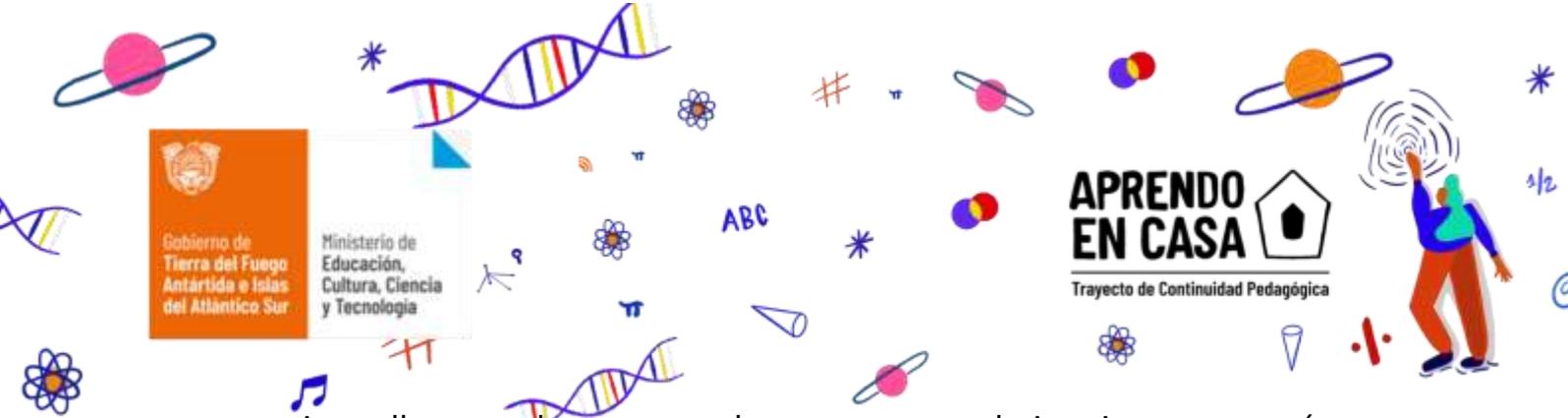
### **AHORA INTENTAREMOS RESPONDER**

¿Cuál será más efectivo para el lavado? ¿Podemos poner a prueba tu respuesta experimentando? Primero piensa cómo vas a realizar tu experimento y qué materiales vas a necesitar. Recordá tomar nota de todos los pasos que realizás.

### **Reflexión:**

En circunstancias como éstas; en las que el “lavado de manos” es la principal defensa contra el coronavirus - COVID-19, surgen preguntas sobre lo que necesitamos para ello. Se dice mucho sobre el uso del jabón en el lavado de manos, pero también sobre el alcohol en gel. Pero hay que tener en cuenta que uno lava y el otro es un desinfectante, hacen dos cosas distintas, y ambas sirven para protegernos. Todo esto lo hacemos





por si nos llevamos las manos a la cara, ya que el virus ingresa por vías lagrimales o los conductos aéreos de la nariz y boca.

Hoy aprendimos que hubo productos naturales que usaban nuestros antepasados para higienizarse. La ciencia también es aprender sobre la historia y, siempre los abuelos nos cuentan y enseñan muchas cosas que ellos vivieron. Saber cuidarse no tiene que ver con lo material, sino con lo que cada uno, como persona que se preocupa por el otro, colabora para que todos podamos vivir saludablemente. ¡Gracias Jacinto!

## BIBLIOGRAFÍA, FUENTES Y RECURSOS DIDÁCTICOS

- ALONSO, R. (2018). *Las sales y gredas de los Incas*. La Nueva Propuesta - Digital 2.0 Recuperado de <https://www.nuevapropuesta.com/single-post/2018/08/28/Las-sales-y-gredas-de-los-Incas>
- El Tribuno de Salta. (2014). *La coipa de los salares andinos*. El Tribuno de Salta. Recuperado de <https://www.tribuno.com/salta/nota/2014-4-21-1-58-0-la-coipa-de-los-salares-andinos>

