

Educación para la salud



Manual sobre educación sanitaria
en atención primaria de salud



Organización Mundial de la Salud
Ginebra

La Organización Mundial de la Salud es un organismo especializado de las Naciones Unidas que se ocupa fundamentalmente de asuntos sanitarios internacionales y salud pública. Por conducto de esta organización, creada en 1948, los profesionales de la salud de unos 165 países intercambian sus conocimientos y experiencias con objeto de que todos los ciudadanos del mundo puedan alcanzar en el año 2000 un grado de salud que les permita llevar una vida social y económicamente productiva.

Mediante la cooperación técnica directa con sus Estados Miembros y el fomento de dicha cooperación entre éstos, la OMS promueve el establecimiento de servicios completos de salud, la prevención y la lucha contra las enfermedades, el mejoramiento de las condiciones ambientales, la formación y el perfeccionamiento del personal de salud, la coordinación y el desarrollo de las investigaciones biomédicas y sobre servicios de salud, y la planificación y ejecución de programas de salud.

Un programa tan vasto comprende actividades muy variadas, entre las que cabe destacar el establecimiento de sistemas de atención primaria de salud que alcancen a todas las poblaciones de los Estados Miembros; el mejoramiento de la salud de la madre y el niño; la lucha contra la malnutrición; la lucha contra el paludismo y otras enfermedades transmisibles, como la tuberculosis y la lepra; conseguida ya la erradicación de la viruela, el fomento de la inmunización en masa contra cierto número de otras enfermedades evitables; el mejoramiento de la salud mental; el abastecimiento de agua potable; y la formación de personal de salud de todas las categorías.

El mejoramiento de la salud en todo el mundo requiere también la colaboración internacional en ciertas actividades como el establecimiento de patrones internacionales para sustancias biológicas y de normas sobre plaguicidas y preparaciones farmacéuticas; la formulación de criterios de higiene del medio; la recomendación de denominaciones comunes internacionales para medicamentos; la administración del Reglamento Sanitario Internacional; la revisión de la Clasificación Internacional de Enfermedades, Traumatismos y Causas de Defunción; y la compilación y difusión de estadísticas de salud.

En las publicaciones de la OMS pueden encontrarse más datos sobre numerosos aspectos de la labor de la Organización.

Educación para la salud

Manual sobre educación sanitaria
en atención primaria de salud



Organización Mundial de la Salud
Ginebra
1989

ISBN 92 4 354225 7

© Organización Mundial de la Salud 1989

Las publicaciones de la Organización Mundial de la Salud están acogidas a la protección prevista por las disposiciones sobre reproducción de originales del Protocolo 2 de la Convención Universal sobre Derecho de Autor. Los interesados en reproducir o traducir íntegramente o en parte alguna publicación de la OMS deberán solicitar la oportuna autorización a la Oficina de Publicaciones, Organización Mundial de la Salud, Ginebra, Suiza. La Organización Mundial de la Salud dará a esas solicitudes consideración muy favorable.

Las denominaciones empleadas en esta publicación y la forma en que aparecen presentados los datos que contiene no implican, de parte de la Secretaría de la Organización Mundial de la Salud, juicio alguno sobre la condición jurídica de países, territorios, ciudades o zonas, o de sus autoridades, ni respecto del trazado de sus fronteras o límites. La denominación «país o zona» que figura en los títulos de los cuadros abarca países, territorios, ciudades o zonas.

La mención de determinadas sociedades mercantiles o del nombre comercial de ciertos productos no implica que la OMS los apruebe o recomiende con preferencia a otros análogos. Salvo error u omisión, las marcas registradas de artículos o productos de esta naturaleza se distinguen en las publicaciones de la OMS por una letra inicial mayúscula.

PRINTED IN BELGIUM

87/7908 – Vanmelle – 2500

Indice

Nota	vi
Un mensaje del Director General de la Organización Mundial de la Salud	vii
Introducción	ix
El concepto de atención primaria de salud	xiii

Capítulo 1

El comportamiento en materia de salud y la educación sanitaria

Salud, enfermedad y comportamiento	1
Comprender los tipos de comportamiento	6
Cambios de comportamiento	15
Ayudar a la gente a llevar una vida más sana	17
Función de la educación sanitaria	21
¿Quién es el educador sanitario?	24

Capítulo 2

Personas que trabajan en contacto con la población

Establecer buenas relaciones	27
Establecer una comunicación clara	29
Fomentar la participación	32
Evitar prejuicios y preferencias	36

Capítulo 3

Planificación de la educación sanitaria en la atención primaria de salud

Reunir información	40
Comprender los problemas	54
Adoptar decisiones sobre prioridades, objetivos y actividades	58
Identificar y obtener recursos	64
Promover la acción y el seguimiento	71
Seleccionar métodos apropiados	74

Índice

Evaluar los resultados	80
Analizar el proceso de planificación	83

Capítulo 4**Educación sanitaria individual**

Finalidad de los consejos	89
Reglas para aconsejar	90
Distintos tipos de consejos	92
Facilitar la adopción y aplicación de decisiones	97
Ejemplo de una sesión de consejos	101
Más práctica de la labor de aconsejar	106

Capítulo 5**Educación sanitaria con grupos**

¿Qué es un grupo?	109
Grupos oficiales y reuniones sin carácter oficial	109
El comportamiento en los grupos oficiales	111
El valor de la educación en grupo	114
Educación en reuniones sin carácter oficial	115
Educación en grupos oficiales	125
Grupos de discusión	128
Grupos de autoayuda	131
La escuela	134
Educación sanitaria en el lugar de trabajo	140
Demostraciones	144
Estudios de casos	148
Improvisaciones teatrales	152
Una sesión de adiestramiento en grupo	158
El equipo de salud	160
Reuniones	163

Capítulo 6**Educación sanitaria en las comunidades**

¿Qué es una comunidad?	172
¿Cuándo es necesaria la educación sanitaria en la comunidad?	174
Cómo conseguir que participen los líderes de opinión	175
Función de las organizaciones locales	176

El comité comunitario de salud	180
Juntas consultivas y de planificación	184
Grupos de coordinación de intersectorial	186
Cómo organizar una campaña de salud	186
Acontecimientos comunitarios especiales	188
Movilización de los recursos comunitarios para un proyecto	190
Cómo asociarse con la población	193
Función del agente comunitario de salud	194

Capítulo 7

Cómo transmitir el mensaje de salud: métodos y medios

Cómo transmitir el mensaje de salud	197
Naturaleza y función de la comunicación	197
Requisitos para una comunicación eficiente	198
Utilización de los medios de información	201
Trabajo con los medios de información en el plano comunitario	202
Métodos y medios de información	203
Charlas sobre salud	203
Proverbios	206
Fábulas	207
Cuentos	211
Estudios de casos	213
Demostraciones	213
Carteles	213
Exposiciones	217
Rotafolios	221
Frelógrafos	225
Fotografías	228
Material proyectable	230
Grabaciones en cinta	232
Películas	234
Periódicos	236
Revistas	239
Radio	240
Televisión	244
Publicaciones	244
Medios locales o tradicionales	246
Resumen	257
Lecturas complementarias	260

Nota

La primera versión del presente manual se preparó en virtud de un contrato entre la Organización Mundial de la Salud y el Centro Regional Africano de Educación Sanitaria, de la Universidad de Ibadán, Nigeria. Bajo la dirección del Jefe de Departamento, Profesor A.B.O.O. Oyediran, tres miembros del personal redactaron el documento original: Dr. J. D. Adeniyi, W. R. Brieger y B. E. Bassy, con ilustraciones a cargo de S. Iyi Ojediran. Ese texto se sometió a un consejo preliminar con los visitantes familiares, supervisores sobre el terreno y personal de enfermería de la comunidad en el Centro Rural de Salud de Igbo-Ora, Proyecto de Ibarapa, Universidad de Ibadán.

En 1980 la Organización Mundial de la Salud distribuyó en todo el mundo más de 100 ejemplares del borrador original solicitando observaciones. Una vez recibidos todos los comentarios, se recurrió a los servicios de W. R. Brieger como redactor, A. Kaplun como editor y G. Auberson como artista gráfico para preparar una versión revisada del manual. En 1984 la Organización Mundial de la Salud publicó y distribuyó 7000 ejemplares de una versión provisional del manual.

Teniendo en cuenta las observaciones formuladas acerca de la versión provisional, W. R. Brieger y H. D. Ogden introdujeron algunas modificaciones finales en el texto.

El John Sparkman Center for International Public Health Education, Birmingham, Alabama, Estados Unidos de América, ha participado en la publicación del presente manual como parte de su acuerdo de cooperación y colaboración con la Organización Mundial de la Salud.

Un mensaje del Director General de la Organización Mundial de la Salud¹

La salud mundial sólo mejorará cuando los propios interesados participen en la planificación, aplicación y toma de decisiones acerca de su propia salud y atención de la salud. No obstante, esta participación dependerá de:

¿Hasta qué punto estamos realmente interesados en involucrar a los individuos, a sus familias y comunidades? ¿Estamos preparados mental y profesionalmente para escuchar lo que les interesa, aprender de ellos lo que consideran importante y compartir la información apropiada, animarlos y apoyarlos? ¿Estamos listos para ayudarles a escoger entre soluciones posibles, establecer sus propios objetivos y evaluar sus esfuerzos?

Hasta ahora, en muchos casos, la respuesta es no. Nosotros podemos seguir desarrollando planes, pero nada sucederá a menos que el personal de salud, todos los administradores de salud y profesionales claves de otros sectores lleguen a darse cuenta de lo que está en juego.

Para obviar estos obstáculos veo tres requisitos fundamentales:

Primero, el personal de salud debe comprender que el concepto de atención primaria de salud implica nuevas funciones para ellos y una nueva perspectiva. No sólo deberíamos estar interesados en el control y la prevención de enfermedades, también debemos estar interesados en el fomento y atención de la salud. Y por último, no menos importante, en el desarrollo en general; y en el desarrollo de los individuos. Nuestra tecnología de salud debe estar basada en lo que ellos mismos quieren y necesitan. En otras palabras, el personal de salud debería aprender en primer lugar a actuar como «mediador» de las actividades de los individuos, familias y comunidades. Debemos dejar de tratar de adaptar las comunidades a sistemas y programas que proyectamos sin un sentido real y profundo de los aspectos sociales, problemas de salud o dificultades económicas; sin mencionar el hecho de la existencia de una disonancia cultural que es a menudo causa de una reacción contraria a tales programas.

Segundo, el personal de salud debe aceptar sus nuevas funciones; aún más: deben estar motivados para ensayarlas, adaptarlas, ampliar sus alcances e innovar la perspectiva de trabajo en grupo. Su principal preocupación debe ser el encontrar las maneras de ayudar a los individuos y comunidades a llegar a ser autorresponsables. Hay que dejar bien claro que abogar por la autorresponsabilidad en asuntos de salud no significa de ninguna manera

¹ Este texto apareció en 1985 en el primer número de *La Educación para la Salud*, gaceta publicada por la Organización Mundial de la Salud en colaboración con el John J. Sparkman Center for International Public Health Education, Birmingham, Alabama, EE.UU.

abdicar de nuestras responsabilidades y pasárselas a otros. Tanto profesionales como no profesionales son imprescindibles. No pueden excluirse mutuamente sino que deben trabajar juntos.

Esto me lleva a la tercera consideración: el personal de salud debe tener la capacidad necesaria para poner en práctica sus nuevas funciones de una manera efectiva y hacer uso eficiente de los conocimientos ya existentes. Esto exige un personal docente que esté al tanto de la experiencia acumulada y deseoso de proporcionar la clase y calidad de preparación profesional que se requiere. Y también exige un respaldo total de parte de los gestores de salud para tal tipo de capacitación.

H. Mahler

Director General

Organización Mundial de la Salud

Introducción

La meta en la que están comprometidos la OMS y todos sus Estados Miembros es la «Salud para todos en el año 2000». Esta estimulante meta sólo puede conseguirse si los agentes de salud y la propia población trabajan juntos eficazmente.

La atención primaria de salud se ha identificado como el medio para conseguir esa meta. La atención primaria tiene por objeto atender las necesidades esenciales en materia de salud de tanta gente como sea posible y al costo más reducido posible. Abarca la labor de los centros de salud, las clínicas, los dispensarios y las consultas de médicos en comunidades y vecindarios. Pero también engloba lo que los individuos y las familias pueden hacer por sí mismos.

En este contexto la educación y la comunicación en materia de salud son especialmente importantes, ya que, en realidad, son los individuos y las familias, y no los médicos y otros agentes sanitarios, quienes toman la mayor parte de las decisiones que afectan a su salud. Las madres deciden qué alimento dar a sus familias y cómo prepararlo. Las familias deciden cuándo ir al médico o a la clínica, dónde ir y si seguir o no las instrucciones que reciben del agente de salud.

Para que estos millones de decisiones cotidianas se tomen con sensatez, la población debe tener los conocimientos y la formación necesarios para ejercer la responsabilidad individual y comunitaria. Por lo tanto, la atención primaria de salud está estrechamente relacionada con la promoción de la salud y la educación.

Para conseguir una participación eficaz de la comunidad y de los individuos, es preciso hacer dos cosas.

Los gobiernos deben facilitar una mayor participación de la comunidad en la adopción de decisiones.

Debe informarse a la población sobre su capacidad para mejorar su salud mediante su propio esfuerzo.

La primera, la decisión gubernamental, es inicialmente una cuestión política, aunque una vez que el gobierno haya decidido ocuparse de la participación comunitaria en la salud y el desarrollo, se convierte en una cuestión de comunicación. La palabra «todos» en «Salud para todos» significa «todo el mundo». En casi todos los países existen medios de información que pueden llegar a toda la población con el mensaje de que tienen la oportunidad y el deber, en tanto que cuestión de política nacional, de contribuir a su propia salud. La gente debe ser consciente de que su gobierno les pide ayuda en la mejora de la salud.

La segunda es esencialmente una cuestión educativa. La gente debe saber cómo desempeñar ese mandato en su propio beneficio. Esto supone la adopción de ciertos tipos de comportamiento y estilos de vida que sean beneficiosos para la salud de individuos, familias, barrios y comunidades. También entraña la ayuda educativa para encontrar formas más eficaces de organizar las actividades, en el plano local, destinadas a definir y abordar los problemas locales de salud.

Como ya se ha señalado, los principales objetivos de la educación para la salud son permitir a la gente:

- definir sus propios problemas y necesidades
- comprender lo que pueden hacer acerca de esos problemas con sus propios recursos combinados con el apoyo exterior
- decidir cuál es la acción más apropiada para fomentar una vida sana y el bienestar de la comunidad.

Utilización de este manual

La educación sanitaria es esencial para la atención primaria de salud, que es a su vez la herramienta primordial para conseguir la «Salud para todos». Por lo tanto, la educación sanitaria es un deber esencial del personal de salud y de otros agentes comunitarios que toman parte en la atención primaria.

Esta obra está principalmente dirigida a esos agentes, en comunidades urbanas y rurales. En ella se ofrecen orientaciones e ideas que los funcionarios de salud pública, las enfermeras comunitarias, los agentes de extensión agrícola, y otras personas encargadas de la educación para la salud pueden adaptar para su utilización en sus comunidades.

También está concebida para ayudarles a elaborar programas de adiestramiento y apoyo técnico para los agentes comunitarios de salud. De ese modo pueden transmitirse los conocimientos y las técnicas apropiados a los hombres y mujeres que pueden aplicarlos en sus esfuerzos comunitarios.

Por último, se espera que el presente manual aclare cuál es el vínculo existente entre las actividades de educación sanitaria y la comunicación en todos los niveles, desde el nacional hasta el local. Las expresiones nacionales de compromiso con la «Salud para todos» pueden contribuir a crear un clima que alentará a la población de los barrios urbanos y de las zonas rurales a trabajar juntos en pro de la salud. El agente comunitario puede aprovechar ese espíritu para adelantar proyectos concretos.

Este manual se propone en concreto ayudar al lector a :

- integrar métodos y criterios de aprendizaje eficaces en la planificación, la prestación y la evaluación de servicios de atención primaria
- diseñar, realizar y evaluar actividades sanitarias, trabajando con grupos e individuos y utilizando métodos apropiados a la cultura local y basados en los recursos disponibles
- transferir técnicas educativas y de planificación a agentes comunitarios de salud y a la comunidad en general
- fomentar la interacción eficaz entre la educación de persona a persona en el plano comunitario y la comunicación con públicos más amplios por medios de información de carácter local, regional o nacional.

La educación sanitaria se centra en los modos de vida y la pautas de comportamiento de la gente. En este manual :

- en el capítulo 1 se estudia la relación entre la salud y el comportamiento de individuos, grupos y comunidades. En él se muestra la importancia de comprender las numerosas razones del comportamiento de la gente
- en el capítulo 2 se trata de la educación sanitaria como « gente que trabaja con gente », estableciendo buenas relaciones, evitando los prejuicios, sabiendo cómo comunicarse con claridad y cómo fomentar el trabajo en común con la gente para conseguir sus objetivos
- en el capítulo 3 se analizan las técnicas necesarias para planificar las acciones comunitarias en materia de salud. Entre esas técnicas cabe citar el acopio de información, las decisiones sobre prioridades, el establecimiento de objetivos, la acción y la evaluación de resultados
- en el capítulo 4 se trata de la educación sanitaria como proceso de asesoramiento para individuos y familias
- en el capítulo 5 se analizan los métodos para la educación sanitaria de grupos, con inclusión de grupos comunitarios oficiales y oficiosos, los niños en la escuela, los compañeros de trabajo y el propio equipo de atención de salud. También se incluyen métodos para el adiestramiento de grupos
- en el capítulo 6 se examinan técnicas y criterios para trabajar con el conjunto de la comunidad

- por último, en el capítulo 7 se describen varios métodos y medios de educación sanitaria que pueden utilizarse para fomentar una toma de decisiones más juiciosa y para mejorar el comportamiento en materia de salud. Se estudian los métodos de persona a persona, el uso de los medios de información y la combinación eficaz de ambos criterios

El concepto de atención primaria de salud

El concepto de atención primaria de salud incorpora ciertos valores fundamentales comunes al proceso general de desarrollo, pero haciendo hincapié en su aplicación al campo de la salud:

- La salud se relaciona esencialmente con la disponibilidad y la distribución de recursos, no sólo de tipo sanitario, como médicos, enfermeras, clínicas y medicamentos, sino también de tipo socioeconómico, como la educación y el abastecimiento de agua y de alimentos.
- La atención primaria de salud intenta por tanto asegurar la distribución equitativa de los recursos sanitarios y sociales disponibles, teniendo en cuenta a aquellos cuyas necesidades son mayores.
- La salud es una parte integral del desarrollo general. Los factores que influyen en la salud son, por tanto, sociales, culturales y económicos además de biológicos y ambientales.
- El logro de una salud mejor exige una participación mucho mayor por parte de la gente, en tanto que individuos, familias y comunidades, para emprender acciones en su propio beneficio adoptando una conducta sana y asegurando un ambiente saludable.

La atención primaria de salud es el primer nivel de contacto de los individuos, la familia y la comunidad con el sistema nacional de salud, llevando lo más cerca posible la atención de salud al lugar donde residen y trabajan las personas y constituye el primer elemento de un proceso permanente de asistencia sanitaria.

La atención primaria de salud es la clave para que todos los pueblos del mundo alcancen en el año 2000 un nivel de salud que les permita llevar una vida social y económicamente productiva.

Declaración de Alma-Ata, 1978

El comportamiento en materia de salud y la educación sanitaria

Cuando queremos ayudar a los individuos, las familias y las comunidades a prevenir la enfermedad y promover la salud, debemos tener en cuenta numerosos factores.

Difundir ideas sobre lo que hay que hacer para mantenerse sano es importante, pero no basta. Tenemos que comprender que, en muchas situaciones, no es sólo el individuo quien ha de cambiar. Hay otras cosas que influyen en el modo en que se comportan las personas: el lugar donde viven, las gentes que las rodean, el trabajo que realizan, si ganan o no bastante dinero... todos estos factores tienen gran influencia, y debemos tomarlos en consideración.

Hemos pues de esforzarnos, en primer lugar, por escuchar, aprender y comprender.

En este capítulo, pasaremos revista a:

- Los factores que influyen en la salud y la enfermedad, en particular los actos del propio individuo (páginas 3–6).
- Las razones de que la gente se comporte como lo hace (páginas 6–15).
- Los cambios del comportamiento que tienen lugar naturalmente o como resultado de una acción planificada (páginas 15–17).
- Las maneras de ayudar a la gente a mejorar su comportamiento (páginas 17–21).

A continuación, nos referiremos a:

- Lo que entendemos realmente por educación sanitaria (páginas 22–24).
- Quién es el educador sanitario (páginas 24–26).

Salud, enfermedad y comportamiento

Una base importante de la labor sanitaria es saber por qué las personas están sanas y se mantienen sanas y por qué caen enfermas.¹

¹ Véase también: *El agente de salud comunitario*. Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 1987.

Riesgos para la salud

Una formación básica en cuestiones sanitarias nos permite saber que muchas cosas, por ejemplo las que se indican a continuación, son peligrosas para la salud. Probablemente a Ud. se le ocurran otras.

Seres vivos

Organismos diminutos como las bacterias, los virus, los hongos, los vermes y las amebas pueden penetrar en el cuerpo a través del contacto (táctil), cuando se traga y cuando se respira o por las mordeduras o arañazos de insectos y otros seres vivos, y causar enfermedades.

Las mordeduras y picaduras de animales como los escorpiones y algunas serpientes, las abejas, las medusas y las arañas son peligrosas para la salud.

Comer o tocar ciertas plantas puede producir envenenamientos o erupciones cutáneas.

Substancias no vivas

Tocar, tragar o respirar sustancias como petróleo, insecticidas, gas, fertilizantes, plomo y ácido pueden envenenar o lesionar el organismo.

El alcohol, los cigarrillos, las drogas usadas por razones no médicas, como la marihuana, e incluso los medicamentos (si no se administran correctamente) pueden provocar enfermedades mentales y físicas.

Fenómenos naturales

Las inundaciones, los terremotos, los huracanes y fenómenos análogos pueden ser causa de lesiones y muerte.

En el curso del proceso natural de envejecimiento, el cuerpo humano se debilita y es más propenso a sufrir enfermedades.

Factores ambientales debidos al hombre

Los fuegos para cocinar que no se vigilan, las casas atestadas, las alcantarillas abiertas, las botellas rotas, las hojas desnudas de los cuchillos y las carreteras y edificios mal contruidos pueden provocar accidentes.

Las situaciones difíciles, que provocan estrés, en el trabajo, la familia y la comunidad pueden dar lugar a enfermedades mentales y físicas.

Herencia

Ciertas enfermedades, como la anemia de células falciformes, la diabetes y algunas formas de retraso mental pueden heredarse. La característica de la enfermedad se transmite de la madre, el padre o de ambos progenitores al hijo.

Los elementos mencionados en la página 2 pueden causar indudablemente enfermedades o lesiones, pero no bastan por sí solos para que éstas se produzcan. Cuando hay fuegos sin protección, bacterias, petróleo u otras cosas peligrosas en el entorno, la gente no siempre sufre lesiones ni cae enferma. Si se sabe cómo reaccionar ante esas cosas peligrosas, pueden evitarse problemas.

Comportamiento sano y malsano

Que la gente se mantenga sana o caiga enferma es a menudo consecuencia de sus propios actos o su propio comportamiento.

He aquí algunos ejemplos de actos que contribuyen a que uno se mantenga sano:

- Lavarse las manos y lavar la vajilla con agua limpia y jabón mata a algunas de las bacterias causantes de enfermedades.
- Utilizar mosquiteros y rociar con insecticidas contribuyen a alejar a los mosquitos portadores de enfermedades.
- Guardar las botellas de petróleo fuera del alcance de los niños pequeños evita que éstos beban de ellas y se envenenen.
- Proteger cuidadosamente a los niños contra los fuegos de la cocina reduce el riesgo de quemaduras.

En la educación sanitaria, es muy importante poder identificar las prácticas que causan, solucionan o previenen un problema. Examinemos un problema sanitario corriente y veamos qué tipos de comportamiento implica.

La diarrea es un síntoma habitual de muchas enfermedades que, con frecuencia, son resultado de un saneamiento insuficiente. Es un grave problema, especialmente en el caso de los niños pequeños.

He aquí algunas de las prácticas que pueden provocar diarrea :

- Alimentar a los niños con biberón, ya que a menudo resulta difícil mantenerlo limpio.
- Beber agua de un río, un arroyo o un estanque, sin purificarla.
- No lavarse las manos antes de comer.
- No lavar la vajilla, las tazas y los cubiertos o lavarlos únicamente con agua.
- Defecar en cualquier lugar, al aire libre. Las heces infectadas pueden contaminar objetos que los niños pequeños recojen y se llevan a la boca.

- Dejar basura al aire libre, lo cual favorece la cría de moscas.
- Dejar alimentos sin tapar, que pueden ser contaminados por las moscas.
- Comer frutas y verduras crudas, sin lavarlas.
- Cocer poco la comida, con lo cual no mueren todos los gérmenes.
- Utilizar sobras de alimentos, que no se han cocido de nuevo o que se han estropeado.

He aquí los tipos de actos que pueden ayudar a luchar contra la diarrea de un niño enfermo:

- Dar al niño abundante líquido, por ejemplo zumos de frutas y agua limpia.
- Continuar la lactancia natural, en lugar de pasar al biberón, cuando los niños no han sido totalmente destetados.
- Dar al niño una bebida destinada a la rehidratación oral, hecha con agua limpia, sal y azúcar (infórmese en el dispensario local de la fórmula aceptada en su país).



Sacar y beber agua de una charca como ésta puede contribuir a propagar las enfermedades.



La lactancia natural fomenta la salud.

- Seguir dando alimentos nutritivos, que no sean perjudiciales para el estómago del niño (por ejemplo, evitar la comida picante).
- Acudir al día siguiente al agente de salud, si las simples medidas mencionadas no han detenido la diarrea.

Las siguientes prácticas ayudan a prevenir la diarrea :

- Alimentar al pecho a todos los lactantes.
- Filtrar o hervir el agua para beber sacada de los ríos.
- Utilizar como agua de consumo la procedente de pozos sanitarios o manantiales protegidos.
- Lavarse las manos con agua y jabón antes y después de comer.
- Lavar la vajilla, las tazas y los cubiertos con agua limpia y jabón.
- Defecar en letrinas y, después, lavarse siempre las manos con agua y jabón.
- Tapar los alimentos para protegerlos del polvo, los insectos y otros animales.
- Tirar los desechos en un cubo de basura o en una zanja cubierta de tierra o quemarlos.



Sacar y beber agua de una fuente protegida es una forma de fomentar la salud. De todos modos, hay que recoger el agua en un cubo limpio y almacenarla en un recipiente también limpio.

- Lavar todos los alimentos.
- Lavarse las manos con agua y jabón antes de preparar la comida.
- Cocer las verduras en agua hirviendo.

¿Se le ocurre alguna otra práctica o tipo de comportamiento que cause, o prevenga la diarrea o permita luchar contra ella?

Piense en otros problemas de salud. ¿Qué tipo de comportamiento puede hacer que se clave una astilla en el pie? ¿Qué tipo de comportamiento puede evitarlo? ¿Qué tipo de comportamiento contribuye a la propagación de la sarna? ¿Qué tipo de comportamiento la previene? Examine otros problemas de salud comunes en su zona. Mencione los tipos de comportamiento que los causan, los curan y los previenen.

Comprender los tipos de comportamiento

Hay muchas razones por las que la gente actúa como lo hace. Si deseamos utilizar la educación sanitaria para promover modos de vida sanos, debemos conocer los motivos del comportamiento que causa o previene la enfermedad. Ese conocimiento nos ayudará a seleccionar los métodos de educación adecuados para el problema de que se trate. A continuación se presentan cuatro razones principales del comportamiento.

Pensamientos y sentimientos

Tenemos muchos tipos de pensamientos y sentimientos acerca del mundo en que vivimos. Están modelados por nuestros conocimientos, creencias, actitudes y valores y pueden ayudarnos a decidir si hemos de comportarnos de una u otra manera.

Conocimientos

Los conocimientos proceden a menudo de la experiencia. Adquirimos también conocimientos gracias a la información proporcionada por maestros, padres, amigos, libros y periódicos. Generalmente podemos comprobar si nuestros conocimientos son o no exactos. Si no podemos hacerlo directamente, conocemos a personas que pueden hacerlo. El niño que pone una mano en el fuego adquiere conocimientos acerca del calor y el dolor. Esos conocimientos impiden que el niño vuelva a hacer lo mismo. Un niño puede ver a una gallina que atraviesa la carretera y es atropellada por un vehículo. Esa experiencia debería enseñarle que la carretera puede ser peligrosa y que ha de tener más cuidado al cruzar.

Creencias

Proceden habitualmente de nuestros padres, abuelos y otras personas que respetamos. Aceptamos las creencias sin intentar demostrar que son ciertas. Por ejemplo, en muchos países hay creencias acerca de los alimentos que debe o no comer una mujer embarazada. En un país, la gente cree que una mujer embarazada debe evitar comer ciertas carnes; de lo contrario, su bebé se comportará como los animales de los que esas carnes proceden. Esas creencias hacen que las mujeres embarazadas no coman determinados alimentos. Piense usted en otros ejemplos.

Cada país y cada comunidad tienen sus propias creencias. En un país, la gente cree que si una mujer embarazada come huevos, tendrá un parto difícil. Pero, en otro país, se cree que las mujeres embarazadas deben comer huevos, para que sus bebés sean fuertes y sanos. Las creencias forman parte del modo de vida. Indican lo que es aceptable y lo que no lo es. Como las creencias pueden ser muy firmes, puede ser difícil cambiarlas. A veces, los agentes de salud consideran que todas las creencias tradicionales son malas y deben modificarse. Esto no es necesariamente cierto. En primer lugar, los agentes de salud deben averiguar si la creencia es perjudicial, beneficiosa o neutra. Una vez que se comprende el modo en que las creencias afectan a la salud, es posible concentrarse en cambiar únicamente las que son perjudiciales.

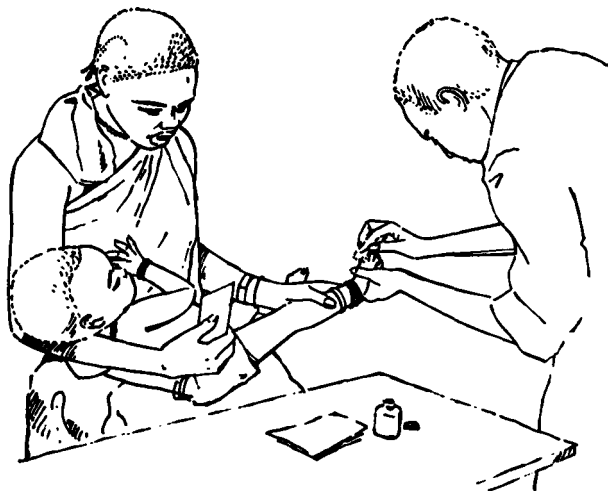
La creencia de que las embarazadas no deben comer huevos parece *perjudicial* porque los huevos son una buena fuente de proteínas, y la madre necesita tener un bebé fuerte y sano. Antes de juzgar si esa creencia debe cambiarse, hay que averiguar si se permite a esas madres comer otras fuentes adecuadas de proteínas como carne, pescado, queso, frijoles, y cacahuets. Si consumen

abundantes proteínas en otros alimentos, no hay que preocuparse demasiado por la creencia sobre los huevos.

En un país, hay la creencia de que, si una mujer embarazada pasea al aire libre al mediodía, bajo un sol fuerte, penetrarán en su cuerpo espíritus malignos, que dañarán al niño aún no nacido. Tal vez uno no crea que esa creencia es cierta. Pero es prudente alentar a las mujeres embarazadas a no desarrollar demasiada actividad cuando el sol es muy fuerte y hace un calor excesivo. En realidad, ese tipo de creencia puede ser *beneficioso*.

En muchos países, las madres ponen a sus hijos abalorios y amuletos pues creen que esos adornos ayudarán al niño. Se cree que algunos sirven para que eche los dientes con mayor facilidad, otros impiden que caiga enfermo y otros le protegen contra el mal de ojo. Puede dudarse de esas creencias. Por otra parte, es difícil que los abalorios representen un peligro. La creencia en esos poderes es probablemente una creencia *neutra*, que no hace ni bien ni mal.

Cuando no se tiene la seguridad de que una creencia es perjudicial, es mejor no hacer caso de ella. Si se pone en duda un número excesivo de sus creencias, la población puede enfadarse y no cooperar con los agentes de salud.



Este niño lleva muchos brazaletes y abalorios. Su madre cree que algunos de los brazaletes le protegen contra las enfermedades. Esa creencia no impide que la madre acuda al agente de salud cuando el niño está enfermo. Se trata de una creencia neutra, que ni beneficia ni perjudica al pequeño, y por eso no es preciso cambiarla.

Si estudiamos atentamente esas creencias, podemos encontrar incluso maneras de hacerlas *útiles*. Por ejemplo, un agente de salud descubrió que se podía apreciar si los niños estaban creciendo o perdiendo peso observando los abalorios que llevaban. Cuando el niño estaba creciendo, los abalorios que llevaba en el brazo estaban apretados. Pero quedaban flojos si el niño estaba perdiendo peso.

Haga una lista de las creencias que existen en su comunidad acerca de los alimentos. ¿Cuáles son perjudiciales, beneficiosas o neutras? ¿Cuál es para los habitantes de su aldea la causa de la fiebre? ¿De esas creencias, cuáles son perjudiciales, beneficiosas o neutras? En algunos casos, tal vez no pueda decir si la creencia es beneficiosa, perjudicial o neutra. En ese caso, debe Ud. estudiarla con mayor cuidado, hasta saber con certeza cuáles son sus efectos sobre la salud.

Actitudes

Reflejan nuestros gustos y aversiones. A menudo proceden de nuestras experiencias o de las de las personas próximas a nosotros. Hacen que las cosas nos atraigan o nos hacen desconfiar de ellas. He aquí un ejemplo.

El bebé de la Sra. Mendoza tenía un ligero resfriado, por lo que le llevó al centro de salud. El personal de servicio aquel día estaba muy ocupado y le gritó a la Sra. Mendoza: «¿Quiere que perdamos el tiempo con un simple resfriado? Vuelva cuando estemos menos ocupados».

A la Sra. Mendoza no le gustó que le gritaran. La experiencia le creó una actitud desfavorable hacia el personal sanitario. Ya no les tiene simpatía ni les respeta. Esa actitud negativa podría llevar a la Sra. Mendoza a no acudir al centro de salud la próxima vez que su hijo caiga enfermo. No obstante, una actitud acerca de una sola cosa no siempre cambia el comportamiento de una persona. La Sra. Mendoza puede estar convencida de que los medicamentos facilitados por el centro de salud son muy eficaces. Debido a esa actitud ante los medicamentos, es posible que siga acudiendo al centro de salud incluso si su actitud hacia el personal es negativa.

Las actitudes pueden proceder también de las experiencias de otras personas.

Por ejemplo, la Sra. Toro recordó que el bebé de su vecina había sido tratado con éxito en el centro de salud. La actitud positiva hacia el centro de salud que la Sra. Toro había adoptado de resultados de la experiencia de su vecina la alentó a acudir al centro de salud la próxima vez que su propio bebé cayó enfermo.

Por otra parte, la situación no siempre nos permite comportarnos de acuerdo con nuestras actitudes. Tal vez la Sra. Toro tenga miedo de la oscuridad o posiblemente el centro de salud esté cerrado por la noche. Si su bebé cae enfermo de noche, quizá acuda a la abuela que vive en la casa de al lado en lugar de ir a oscuras hasta el centro. Esto no significa que haya cambiado su actitud hacia el centro de salud.

Las actitudes se basan a veces en una experiencia limitada. Podemos adquirir actitudes sin comprender todos los aspectos de la situación.

Por ejemplo, el Sr. Nola compró en la ciudad un paquete de semillas, que le dio mal resultado. Sobre la base de su experiencia con un solo paquete, adoptó la actitud de que el tendero que vendía las semillas era una mala persona. Debido a esa actitud, el Sr. Nola decidió no volver a esa tienda.

Hay muchas razones posibles de que crezcan mal unas semillas. No era acertado echarle la culpa al tendero sin examinar la situación más a fondo.

Piense en sus propias actitudes. Tome como ejemplo los rociamientos con insecticidas. Puede haber visto muchos insecticidas diferentes. ¿Cuáles le parecen buenos? ¿Cuál es el mejor? ¿Por qué tiene esas actitudes hacia ellos? ¿Cómo influyen esas actitudes en su comportamiento? ¿Compra siempre el insecticida que considera mejor? De lo contrario ¿por qué no?

Valores

Son las creencias y normas más importantes para nosotros. Las personas de una misma comunidad comparten muchos valores. Por ejemplo, pueden desear que su comunidad sea estable y feliz. Una manera de esforzarse por hacer triunfar esos valores es la cooperación. Cooperación significa trabajar juntos para resolver los problemas. Facilita la vida. Por ejemplo, en una comunidad que valore la estabilidad y la felicidad, cuando una familia desee construir una nueva casa, los demás aldeanos colaborarán en su construcción.

El bienestar de los niños es otro valor. Si cuidan bien a sus hijos, los padres resultarán beneficiados: serán niños sanos que, cuando crezcan, podrán ocuparse de sus padres, en la vejez. El valor atribuido a sus hijos puede llevar a una madre a quedarse en casa y cuidar a un niño enfermo, en lugar de salir a visitar a sus amigos.

Piense en sus propios valores. ¿Cuáles son las cosas más importantes en su vida? ¿Cómo influyen esos valores en su comportamiento? Piense en los valores de la comunidad en que trabaja. ¿Qué valores comparte con esas personas? ¿Son algunos de sus valores diferentes de los de ellas? ¿Qué comportamiento fomentan los valores de la comunidad con respecto a las demás personas y en relación con la salud?

Las personas importantes para nosotros

Otra razón de nuestro comportamiento es la influencia de las personas que son

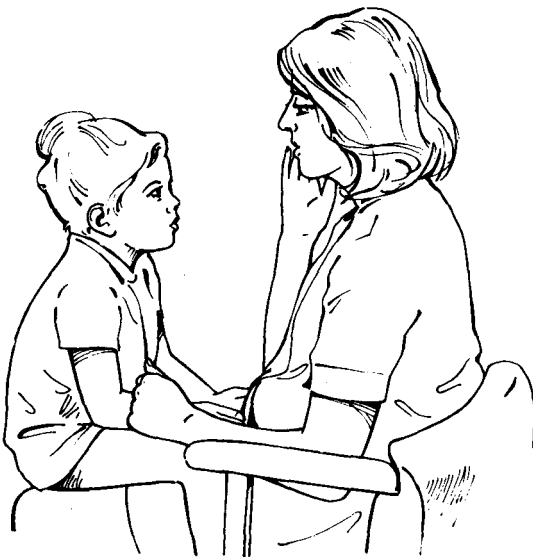
muy importantes para nosotros. Cuando alguien es importante para nosotros, sabemos escuchar lo que dice e intentamos hacer lo que hace.

Entre esas personas importantes figuran los padres, los abuelos, los líderes de la aldea, los líderes religiosos, los amigos íntimos, los compañeros de trabajo, las personas con mucha experiencia y conocimientos especiales y las que intentan ayudarnos cuando lo necesitamos (maestros, agentes de salud, asistentes sociales).

Los maestros son muy importantes para sus alumnos. Si los alumnos ven a los maestros lavarse las manos antes de comer, pueden copiar ese comportamiento.

A todos nos gusta tener amigos. Como son importantes para nosotros, con frecuencia imitamos su comportamiento. Si un adolescente tiene amigos íntimos que fuman cigarrillos, puede comenzar a fumar también.

El Sr. Tome es un viejo labrador experimentado. Cuando dice a los demás labradores que no planten sus cultivos hasta la luna nueva, después de las primeras lluvias, éstos siguen su consejo. Incluso si el agente agrícola les aconseja otra cosa, esos labradores pueden tender a respetar e imitar el proceder del viejo. Tal vez no quieran escuchar a un joven agente de extensión agrícola que, además, puede proceder de otra ciudad.



La madre es una persona muy importante para el niño. Las palabras y los actos de la madre ejercen una gran influencia en el comportamiento del hijo.

¿ Quiénes son las personas respetadas en su familia? ¿ Quiénes son las personas importantes y respetadas en su aldea? ¿ Qué tipo de comportamiento fomentan esas personas importantes en su familia y en la comunidad?

Recursos

Una tercera razón del comportamiento de las personas es si disponen o no de ciertos recursos. Se entiende por recursos instalaciones, dinero, tiempo, servicios, técnicas y materiales. La ubicación de los recursos materiales es también importante. Si un recurso se encuentra muy lejos de la comunidad, es posible que no se utilice. Tener que hacer muchas cosas en poco tiempo influye con frecuencia en el comportamiento de la gente. Por ejemplo:

Tiempo

El tiempo es un recurso valioso.

El Sr. Aba es sastre. Tiene mucho trabajo porque se aproxima un día festivo. Si no puede entregar los encargos a tiempo, sus clientes se enfadarán y quizá vayan a otro sastre la próxima vez. Pero el Sr. Aba tiene hoy dolor de cabeza y catarro. Su mujer le sugiere que vaya al centro de salud. El contesta: « El centro de salud está siempre abarrotado. Si voy, perderé demasiado tiempo. Iré a la farmacia y me compraré yo mismo los medicamentos ».

El tiempo ha influido en el comportamiento del Sr. Aba. El servicio de salud es un recurso importante, pero puede no ser útil si hay demasiada gente.

Dinero

Algunos tipos de comportamiento requieren dinero. Por ejemplo:

La Sra. Ebra tiene cuatro hijos. Su marido murió el año pasado en un accidente. No tiene una profesión ni ninguna *habilidad* especial (otro recurso importante). Recoge y vende leña para ganar dinero con que alimentar a sus hijos. El agente de salud dice a la Sra. Ebra que debería dar a sus hijos carne, huevos y leche para hacerlos fuertes. La Sra. Ebra contesta que no puede permitirse comprar esas cosas tan caras. El agente de salud tiene que reflexionar cuidadosamente. ¿ Qué puede comprar la Sra. Ebra con sus escasos recursos? Por último, llegan al acuerdo de que los frijoles y el arroz están a su alcance, con algo de pescado una o dos veces a la semana. A continuación, el agente de salud envía a la Sra. Ebra al agente de desarrollo social, para que éste examine la posibilidad de adiestrarla en un oficio que le permita ganar más dinero.

Algunas personas continúan realizando un trabajo peligroso a causa del dinero o por razones culturales. Por ejemplo, el hombre que aparece en la ilustración es un sangrador de vino de palma. Corre el riesgo de caer y sufrir una lesión o

de padecer dolores de espalda. Puede seguir haciendo este trabajo por varias razones. Quizá su padre lo hacía también e influyó en él para que eligiera el mismo oficio ; o tal vez cree que hay un espíritu que lo protege de los accidentes ; o tal vez es el único trabajo que puede encontrar para mantener a su familia.



Este hombre es un sangrador de vino de palma.

Beber agua directamente de un arroyo es un comportamiento que causa muchas enfermedades. Un pozo higiénico es una *instalación* que previene esas enfermedades.

Los habitantes de la aldea de Pembo quieren un pozo para reducir el número de enfermedades que padecen. Primero necesitan los *conocimientos* que les permitan encontrar el lugar adecuado para excavar un pozo que tenga bastante agua. Piden a su agente de salud que se ponga en contacto con el ministerio u organismo competente y pida que envíen a un experto que pueda ayudarles a encontrar un lugar adecuado para el pozo. A continuación, los aldeanos necesitan *materiales*, por ejemplo cemento y palas, para lo cual pueden necesitar también *dinero*. Los aldeanos están dispuestos a contribuir con su *trabajo* a excavar el pozo. Cuando el experto llega, les enseña varios lugares en los que pueden hacerlo. Eligen el lugar que se encuentra más cerca de la aldea, puesto que saben que si el pozo está demasiado lejos, la gente quizá no quiera usarlo.

Estos son algunos de los recursos que necesitan los habitantes de Pembo para modificar su comportamiento y comenzar a beber agua potable. ¿Se le ocurren otros?

Cultura

La mayoría de los problemas tratados en las secciones anteriores varían según las comunidades. Las formas normales de comportamiento, creencias, valores y uso de recursos de una comunidad constituyen una pauta o modo de vida. Esto se denomina cultura. Las culturas han sido desarrollado a lo largo de muchos cientos o miles de años por personas que vivían juntas y compartían experiencias en un determinado medio. Las culturas evolucionan, a veces lentamente, en ocasiones con rapidez, como consecuencia de acontecimientos de carácter natural o social o del contacto con personas de otras culturas. Lo que importa señalar aquí es que la cultura o el modo de vida es una combinación de la mayoría de los aspectos que acabamos de examinar. El comportamiento normal es uno de los aspectos de una cultura, pero ésta, a su vez, influye profundamente en el comportamiento.

Desde un punto de vista práctico, la cultura puede verse, oírse y comprenderse siempre que se está en la comunidad, observando cómo se viste la gente, cuáles son los alimentos comunes y la organización del trabajo o escuchando canciones, proverbios, fábulas y el modo de hablar habitual.

Los saludos son distintos según las culturas: un abrazo, un apretón de manos, un beso, palabras especiales, para no mencionar sino unos pocos. La manera de comer es parte de la cultura: con palillos de madera, con los dedos o con cubiertos de metal; en grupos familiares, grupos de niños o grupos de hombres solos; sentados en sillas, esteras o bancos. Hay muchas posibilidades. Cada cultura tiene su manera especial de hacer las cosas, y creencias acerca de las razones para hacerlas de esa manera.

Esta pauta común de comportamiento, creencias y valores ayuda a la gente a comprender la vida y sentirse cómoda. Cada cultura representa una forma que las personas han encontrado para vivir juntas en su medio. Cuando una persona llega a una comunidad y a una cultura nuevas, al principio se siente indecisa porque no sabe cuáles son el comportamiento y las ideas aceptables. Los agentes de salud, los maestros y otros agentes comunitarios se encuentran a menudo en esa situación. Por su formación forman parte de una cultura «profesional». Tienen sus propias ideas y maneras de hacer las cosas, que con frecuencia son bastantes diferentes de las que prevalecen en la comunidad. Antes de comenzar su trabajo, deben averiguar, en la medida de lo posible, las razones del comportamiento de los habitantes de la comunidad. Esto les ayudará a trabajar de manera aceptable con la comunidad a la que desean servir.

Como hemos visto, hay muchas razones para el comportamiento de la gente. Es incluso posible que distintas personas o comunidades se comporten de la misma manera por razones muy diferentes, como lo demuestran los ejemplos siguientes.

Tres madres pueden dar fruta a sus hijos. Cuando se les pregunta por qué, sus respuestas son distintas.

La Sra. Gómez afirma: «Creo que mis hijos estarán más sanos si comen fruta».

La Sra. Paulo contesta: «Mi suegra vive con nosotros. Dice que siempre daba fruta a mi marido cuando era pequeño y que yo tengo que dar fruta a mis hijos».

La Sra. Andre dice: «Prefiero comprar fruta para mis hijos. Cuesta menos que los dulces y que la bocadillos.»

Su comunidad puede interesarse por la inocuidad del agua. Si visita distintos barrios, verá que tres de ellos tienen pozos, pero por razones diferentes.

En el primero le dirán: «Excavamos nuestro pozo porque comprendimos que el agua de pozo es más limpia que el agua de los arroyos».

En el segundo, contestarán: «Vimos que, en la ciudad, las personas más importantes tenían pozos, así que decidimos excavar el nuestro».

Los habitantes del tercer barrio declararán: «Solíamos ir a buscar agua a un arroyo muy lejano. Era una pérdida de tiempo y energía. Excavamos un pozo para facilitarnos la vida».

Si tiene una idea acerca de las posibles razones de una determinada forma de comportamiento, podrá sugerir cambios apropiados y soluciones para los problemas que ha observado. Piense ahora en su propia comunidad. ¿Cuáles son los hábitos de la gente en materia de alimentación? ¿Cuáles son algunas de las razones por las que comen un alimento y no otro? ¿Qué hacen con la basura en su aldea? ¿Por qué lo hacen así? ¿Cómo se limpian los dientes y la boca? ¿Cuáles son las razones de ese modo de comportarse? ¿Cómo puede usted descubrir las razones?

Cambios de comportamiento

En todas las comunidades existen ya muchos tipos de comportamiento que promueven la salud, evitan la enfermedad y contribuyen a la curación y rehabilitación de los enfermos. Esos tipos de comportamiento deben identificarse y fomentarse. En realidad, suelen ser los resultados positivos y favorables para la salud de ese comportamiento los que alientan a las personas a seguir actuando de ese modo.

Hay también formas de comportamiento que son perjudiciales para la salud. Debido a los resultados negativos de un comportamiento de esa índole, la personas suelen renunciar a él espontáneamente. A veces, por las razones mencionadas en las secciones anteriores, la gente sigue comportándose de manera malsana.

Antes de iniciar actividades de educación sanitaria, es necesario comprender las dificultades con que tropiezan a menudo las personas cuando intentan mejorar sus vidas. Esa comprensión ayudará a elegir métodos apropiados de educación sanitaria.

El cambio natural

Nuestro comportamiento cambia constantemente. Algunos cambios obedecen a fenómenos naturales. Cuando se producen cambios en la comunidad que nos rodea, a menudo cambiamos nosotros mismos sin darnos mucha cuenta. Ese es el cambio natural. He aquí algunos ejemplos.

La Sra. M compra habitualmente alubias pintas en el mercado, pero puede cambiar su comportamiento y comprar alubias blancas si no las hay pintas.

El Sr. P lleva una camisa ligera durante la estación cálida y seca, pero, cuando llega el tiempo fresco y lluvioso, puede llevar una camisa gruesa.

El Sr. R es labrador. Por lo común se dirige directamente hacia el norte para llegar a sus campos, pero debido a las fuertes lluvias e inundaciones, cambia de dirección y va primero hacia el este, para encontrar un camino más fácil.

El cambio planificado

En ocasiones, hacemos planes para mejorar nuestras vidas. He aquí algunos ejemplos:

El Sr. C fuma muchos cigarrillos al día. Ahora ha empezado a toser con frecuencia. Decide dejar de fumar. Elige un día, dentro de un par de semanas, para dejar el tabaco y empieza a prepararse para ello.

La Sra. H quiere comprar ropa nueva para sus hijos. Habitualmente gasta su dinero extra en dulces y refrescos. Ahora, en lugar de comprar dulces, decide ahorrar el dinero hasta que tenga bastante para comprar la ropa.

El Sr. J lleva muchos años viviendo en casa de su padre. Ahora tiene una mujer y tres hijos. La casa está abarrotada y es vieja. El Sr. J decide construir una casa más grande para su familia y sus padres.

Piense ahora en Ud. mismo. ¿Ha cambiado en algo, recientemente, su propio comportamiento? ¿Cuáles fueron esos cambios? ¿Por qué decidió hacerlos?

Piense en su comunidad. ¿Ha cambiado el modo en que se comportan los aldeanos? ¿Cuáles han sido los cambios? ¿Por qué se produjeron? ¿Cómo se efectuaron?

Disposición para cambiar

Tal vez se haya dado Ud. cuenta de que algunas personas están siempre dispuestas a ensayar algo nuevo. Compran las herramientas y semillas más

nuevas, llevan ropa a la última moda. Otras personas son muy lentas para cambiar. No todo el mundo está dispuesto a cambiar al mismo tiempo. He aquí una historia acerca de la disposición para el cambio.

Un grupo de madres esperaba en la clínica preescolar. La partera decidió hablarles del cuidado de los pies de sus hijos, porque había visto a muchos niños pequeños con cortaduras, llagas y úlceras en los pies. Lo que la partera pidió a las madres fue que compraran zapatos a sus hijos.

La Sra. Uba formaba parte del grupo. Su hija de dos años corría siempre descalza y tenía cortes y úlceras. Esto siempre preocupaba a la Sra. Uba. Ahora se enteraba de que, a través de los cortes, podía penetrar la enfermedad en el cuerpo. Tenía un buen negocio de venta de telas y sabía que podía permitirse comprar los zapatos. Su esposo siempre se preocupaba del bienestar de la niña. Estaría de acuerdo con cualquier iniciativa que protegiera a su hija. La Sra. Uba decidió comprar zapatos. Estaba dispuesta a cambiar. No había ningún problema grave que pudiera detenerla.

La Sra. Odom estaba sentada al lado de la Sra. Uba. Su hijo tampoco tenía zapatos. La Sra. Odom aceptó también la información de que los cortes sucios en los pies podían provocar enfermedades. Quería lo mejor para su hijo. La Sra. Odom trabajaba la tierra con su marido. Aunque eran pobres, siempre estaban pensando en la manera de ayudar a sus hijos. La abuela de éstos vivía con ellos. La Sra. Odom sabía que la abuela no estaría de acuerdo con que gastaran dinero en zapatos. Diría: «Mi hijo nunca llevó zapatos hasta que fue adulto. ¿Por qué vamos a comprar zapatos a este niño pequeño?» La Sra. Odom estaba interesada en cambiar pero, primero, tenía que resolver algunos otros problemas.

La Sra. Tembo estaba sentada en la parte de atrás del grupo. No le era simpática la partera, que la había reñido muchas veces porque su hijo estaba enfermo a menudo. Aunque sabía que la información facilitada por la partera era razonable, la Sra. Tembo no prestaba gran atención debido a su actitud negativa hacia la partera y a sus muchas otras preocupaciones. El marido de la Sra. Tembo había abandonado a su mujer después del nacimiento de su hijo. Ahora, la Sra. Tembo ganaba un poco de dinero lavando ropa. Dados todos estos problemas, resultaba difícil convencer a la Sra. Tembo. La información sanitaria facilitada por la partera no bastaba para alentarla a cambiar.

Cuando empezó a hablar la partera, ninguna de las madres había comprado zapatos para su hijo. ¿Cuáles eran las razones de su comportamiento? Después de la charla, sólo la Sra. Uba siguió el consejo de la partera. ¿Por qué? ¿Por qué no compraron zapatos las demás? ¿Cómo podría usted ayudar a la Sra. Odom y la Sra. Tembo a resolver sus problemas?

Ayudar a la gente a llevar una vida más sana

Es natural que la gente se ayude mutuamente. Esto es particularmente útil cuando han de resolverse problemas difíciles. Hay personas cuyo trabajo

consiste en ayudar a los demás. Son los maestros, los asistentes sociales, los policías, los agentes agrícolas, los líderes religiosos y, por supuesto, los agentes de salud. En general, hay tres maneras en que esas personas pueden intentar ayudar a los demás a llevar una vida más sana :

- Pueden obligarles o empujarles a cambiar, y amenazarlos con un castigo si no introducen los cambios.
- Pueden proporcionarles ideas o información, con la esperanza de que las utilicen para mejorar sus vidas.
- Pueden reunirse con ellos para examinar sus problemas y fomentar su interés y su participación en la elección de las soluciones más adecuadas.

Veamos tres ejemplos de cómo un agente de salud puede prestar ayuda.

Uso de la fuerza

Había una familia que no mantenía limpia su casa ni su tierra. Tiraban la basura y las heces en una gran pila, justo detrás de la casa. La pila estaba llena de ratas, moscas y mosquitos. No era sorprendente que los hijos de la familia tuvieran con frecuencia fiebre y diarrea.

Un día, el Sr. D, un agente de salud, visitó a la familia. Se puso muy triste cuando vio la casa. Dijo a la familia que estaban creando problemas para sí mismos y para toda la comunidad. No le hicieron caso. Volvió una y otra vez, sin ningún resultado. Por último, advirtió a la familia que, si no limpiaban el lugar antes de la semana siguiente, los llevaría a los tribunales y tendrían que pagar una gran multa. La familia tuvo miedo y rápidamente limpió su casa y su patio.

El agente de salud volvió a la semana siguiente, como había prometido. Vio que el lugar estaba limpio. Dijo a la familia que debían mantenerlo siempre limpio. Amenazó de nuevo con llevarlos ante los tribunales si le desobedecían. Se fue y no volvió en algunos meses.

Cuando la familia dejó de verle durante algún tiempo, decidieron que su amenaza no había sido seria y se pusieron furiosos. No admitían que un extranjero viniera a su casa y les dijera lo que tenían que hacer. Pronto empezaron a tirar de nuevo la basura detrás de la casa.

Por último, el agente de salud volvió y vio la situación. Pero esta vez, cuando intentó hablar con la familia, le dijeron que se fuera. Le dijeron que le pegarían si intentaba entrar en su casa.

Así pues, cuando el agente de salud intentó obligar e incitar a la familia a limpiar la casa, al principio le hicieron caso pero después se enfadaron y se negaron a cooperar.

Suministro de información

En la aldea de Patel, se acercaba la estación en que numerosos niños contraen el sarampión. Los agentes de salud estaban preocupados porque pocos niños habían sido inmunizados contra esa enfermedad. Decidieron organizar una reunión con los líderes de la aldea y las madres.

En la reunión, los agentes de salud hablaron del sarampión. Dijeron que lo causaba un virus diminuto que se transmitía por el aire, de un niño a otro. Esto ocurría especialmente en los lugares donde los niños estaban juntos. Explicaron que el sarampión aparecía como una erupción, acompañada de fiebre. Advirtieron que los riesgos del sarampión eran pulmonía, ceguera y muerte. Señalaron que la enfermedad se propagaba más fácilmente en aquella época del año y pidieron a todos los aldeanos que llevaran a sus hijos al centro de salud un miércoles por la mañana, lo antes posible. En el centro, se pondría a los niños una inyección especial para protegerlos o «inmunizarlos» contra la enfermedad.

Después de transcurrido un mes aproximadamente, los agentes de salud se dieron cuenta de que muy pocas madres habían llevado a sus hijos al centro para vacunarlos contra el sarampión. Se sintieron preocupados. Estaban seguros de que habían facilitado a los aldeanos información correcta. Fueron a ver a los líderes de la aldea para saber qué había ocurrido.

Estos les dijeron muchas cosas. En primer lugar, que los aldeanos creían que la causa del sarampión era el humo de ciertos tipos de leña. En segundo lugar, que no querían creer que la enfermedad podía transmitirse de una persona a otra. Por último, que algunas madres deseaban la inmunización, pero tendrían dificultades para acudir al centro de salud, porque el mercado más importante de la zona tenía lugar los miércoles por la mañana.

Estos agentes de salud obtuvieron mejores resultados que el del primer ejemplo. No recurrieron a la fuerza. Consiguieron que algunas personas acudieran al centro para recibir la inmunización. Pero su éxito no fue suficiente. Aunque la información sanitaria que proporcionaron era apropiada, no bastó para alentar a la mayoría de las madres a vacunar a sus hijos. En el comportamiento de las madres influían otros factores que los agentes de salud no habían tenido en cuenta.

Discusión y participación

Los buenos agentes de salud visitan a las personas en su comunidad y prestan oído a sus problemas.

Un día, la Sra. M, una agente de salud, visitó a un grupo de labradores. Se sentó con ellos y les oyó hablar de sus problemas durante algún tiempo. Los labradores se quejaban de que se sentían débiles y cansados. La agente de salud vio que estaban muy pálidos. Sospechó que padecían anquilostomiasis.

Primero, la agente de salud preguntó a los agricultores cuál creían que era la causa de su problema. Algunos dijeron que el exceso de trabajo. Otros, que el tiempo

demasiado caluroso. Uno afirmó incluso que los labradores de la aldea vecina les tenían envidia y recurrían a la magia para provocar su debilidad. Después, la agente de salud preguntó qué habían hecho los agricultores para resolver el problema. Uno dijo que su mujer le estaba haciendo comer más. Otro, que se acostaba temprano. Algunos explicaron que bebían tónicos hechos con hierbas. La agente de salud preguntó si alguna de esas soluciones había resuelto el problema. Todos los agricultores respondieron negativamente.

A continuación, los agricultores preguntaron a la agente de salud si podía ayudarles. Esta contestó que lo intentaría pero que necesitaba más información acerca del trabajo que hacían diariamente. Les preguntó cómo se vestían para trabajar. La contestación fue: «Con pantalones cortos y una camiseta o una camisa fina». ¿Llevaban algo en los pies? La respuesta fue «No». ¿Dónde defecaban mientras trabajaban? Los labradores dijeron que en cualquier lugar cercano.

La agente de salud les dijo: «Gracias. Sus respuestas me han dado una idea acerca del problema. ¿Saben que hay pequeños gusanos que pueden introducirse en el cuerpo de las personas? Unos pocos contestaron que, a veces, habían visto gusanos en sus heces. Los gusanos debían haber llegado a ellas de alguna manera.

«Hay distintos gusanos, que penetran en el cuerpo de maneras diferentes», dijo la agente de salud. «Una vez que están dentro, algunos se alimentan de la comida que está en el intestino, mientras que otros comen sangre, debilitando a la gente. Un gusano llamado anquilostoma crea muchos problemas a los labradores porque se encuentra en la tierra. Es posible que sea ese gusano la causa de su problema. Después de penetrar en el pie de una persona, pasa al intestino, y allí se agarra y bebe sangre. Los gusanos no siempre se ven en las heces». «Cuando una persona defeca, algunos de los pequeños huevos del gusano salen en las heces», agregó la agente de salud. Algunos agricultores no estaban muy seguros de lo que oían. Uno de ellos preguntó «¿Cómo! ¿no tiene la culpa el tiempo caluroso?» La agente de salud replicó que el tiempo caluroso contribuía a que los gusanos salieran de los huevos y crecieran en la tierra. «¿Y nuestros vecinos envidiosos?», preguntó otro labrador. La agente de salud explicó que los vecinos podían propagar la anquilostomiasis defecando en los campos, aunque quizá tampoco conocieran esa enfermedad. Finalmente, los labradores aceptaron esas ideas.

La agente de salud preguntó «¿Qué pueden hacer para evitar la anquilostomiasis?» Un labrador respondió «llevar zapatos». A los demás no les gustó la idea porque los zapatos eran caros y daban calor. Otro dijo «usar letrinas». Los otros se rieron, porque dijeron que no podían permitirse construir una letrina en cada granja.

La agente de salud les preguntó si había cosas más sencillas y menos costosas que pudieran hacer. Un agricultor dijo «las sandalias son baratas; las hacen los zapateros de la aldea y, en el mercado, las venden de caucho y plástico». Otro agricultor sugirió «podríamos usar nuestros azadones para hacer un agujero cada vez que defequemos». El grupo aceptó esas ideas. Todos decidieron comprar sandalias y enterrar sus heces cuando estuvieran trabajando. La agente de salud comentó que podía ser peligroso enterrar heces en la granja, a menos que lo hicieran lejos de cualquier lugar donde, al arar, alguien pudiera dejarlas al descubierto por error.

Antes de irse, la agente de salud pidió a todos los labradores que fueran a verla a la clínica. Así podría hacerles una prueba para ver si había gusanos en sus heces y, si

encontraba huevos de anquilostomas, podría darles un medicamento para matarlos. Les recordó a la mujer del labrador que había dicho que su marido debía comer más. La agente de salud dijo que eso era prudente, porque los gusanos habían consumido mucha sangre. Les dijo que las verduras de hoja verde y la carne fortalecerían de nuevo su sangre. Por supuesto, tenían que limpiarlas y cocerlas bien. Los labradores dieron las gracias a la agente de salud. Al día siguiente, fueron todos a la clínica. Todos ellos llevaban sandalias.

Esta agente de salud tuvo éxito. No intentó forzar a nadie y no se limitó a facilitar información. Ayudó a los agricultores a pensar en sus propios problemas y les pidió que reflexionaran sobre la manera de resolverlos. Los agricultores participaron en la reflexión. Al final, todos estuvieron de acuerdo en tomar las medidas que mejorarían su salud.

Función de la educación sanitaria

En las tres situaciones descritas, sólo aplicó los criterios de la educación sanitaria uno de los agentes de salud. Fue la tercera agente de salud la que alentó a los agricultores a comprender sus problemas y a elegir las soluciones más apropiadas.

Piense de nuevo en los problemas con que se enfrentaron los dos primeros agentes de salud. ¿Qué habrían debido hacer si querían utilizar la educación sanitaria?



La educación sanitaria anima a la gente a hablar sobre sus problemas y a encontrar sus propias soluciones a los mismos. La misión del agente de salud es ayudar a la gente a examinar cuál es la mejor solución.

Los agentes de salud pueden utilizar con éxito la educación sanitaria :

- Hablando con la gente y prestando oído a sus problemas.
- Reflexionando sobre el comportamiento o los actos que pueden causar, curar o prevenir esos problemas.
- Hallando las razones del comportamiento de la gente (creencias, ideas de amigos, falta de dinero, etc.).
- Ayudándoles a comprender los motivos de sus actos y de sus problemas de salud.
- Pidiéndoles que expongan sus propias ideas para resolver los problemas.
- Ayudándoles a analizar sus ideas para ver cuáles son las más útiles y más fáciles de poner en práctica.
- Alentándoles a elegir la idea mejor adaptada a sus circunstancias.

¿Qué entendemos realmente por educación sanitaria?

La educación sanitaria es la parte de la atención de salud que se ocupa de promover un comportamiento sano.

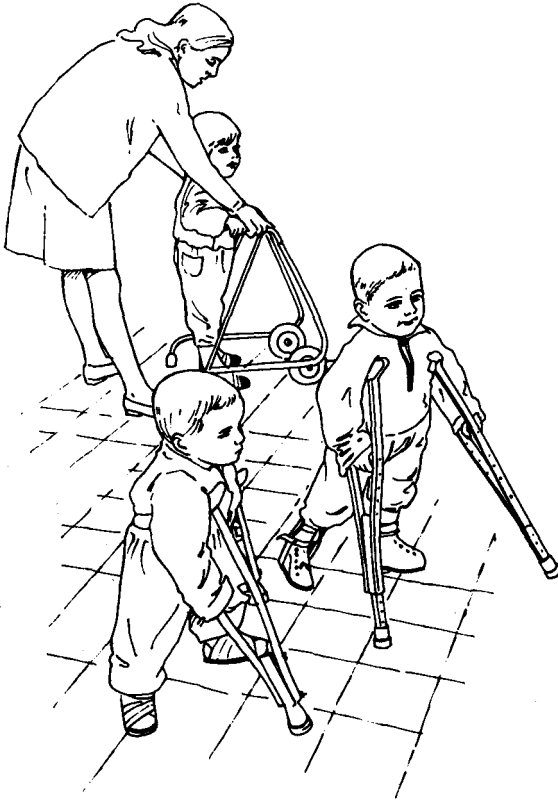
El comportamiento de una persona puede ser la causa principal de un problema de salud, pero también puede ser la principal solución. Esto es cierto en el caso del adolescente que fuma, de la madre cuyo hijo está mal alimentado y del carnicero que se corta en un dedo. Modificando su comportamiento, esas personas pueden resolver y prevenir muchos de sus problemas.

Mediante la educación sanitaria, ayudamos a la gente a comprender su comportamiento y cómo ésta afecta a su salud. Los alentamos a tomar sus propias decisiones para una vida sana. No los obligamos a cambiar.

La educación sanitaria no sustituye a los demás servicios de salud, pero es necesaria para promover su adecuada utilización. Un ejemplo es la inmunización : los científicos han descubierto muchas vacunas para prevenir las enfermedades, pero ese logro sólo es útil si las personas acuden a vacunarse. Del mismo modo, los incineradores de basuras son inútiles a menos que la gente haga el esfuerzo de meter en ellos la basura.

La educación sanitaria fomenta el comportamiento que promueve la salud, previene y cura la enfermedad y facilita la rehabilitación. Las necesidades e intereses de los individuos, las familias, los grupos, las organizaciones y las comunidades son el núcleo de los programas de educación sanitaria. Hay pues muchas oportunidades de poner en práctica la educación sanitaria.

La educación sanitaria no es lo mismo que la información sobre salud. Indudablemente, la información correcta es una parte fundamental de la educación sanitaria, pero ésta debe ocuparse también de los demás factores que afectan al comportamiento en la esfera de la salud, como la disponibilidad de recursos, la eficacia del liderazgo comunitario, el apoyo social de los miembros de la familia y los niveles de aptitud para la autoayuda. La educación sanitaria utiliza pues múltiples métodos para ayudar a la gente a comprender su situación y elegir modos de actuar que mejoren su salud. La educación sanitaria es incompleta a menos que fomente la participación y la elección por las personas mismas. Por ejemplo, decir simplemente a alguien que tenga «un buen comportamiento en materia de salud» no es educación sanitaria. Aunque llevar a un niño a la clínica todos los meses para pesarlo es un comportamiento que promueve la salud, algunas madres pueden ver la situación desde otro punto de vista. Unas pueden creer que no es necesario llevar a la clínica a un niño sano. Otras pueden pensar que no existe ninguna razón para pesar a los



Además de para prevenir las enfermedades, la educación sanitaria sirve para muchas otras cosas. Como vemos aquí, puede enseñar técnicas para la rehabilitación de personas discapacitadas.

bebés y otras que sus labores caseras y demás tareas son más importantes que pesar a un bebé sano. En la educación sanitaria se tienen en cuenta estos distintos puntos de vista al buscar soluciones para los problemas.

Asimismo, en la educación sanitaria no se censura a las personas que no se comportan de forma sana. Con frecuencia, el individuo no es culpable de su comportamiento no sano. En la educación sanitaria debemos trabajar con las familias, las comunidades e incluso las autoridades regionales y nacionales, a fin de velar por que cada individuo disponga de los recursos y el apoyo que le permitan llevar una vida sana.

¿Quién es el educador sanitario?

Una vez que comprendemos qué es la educación sanitaria, es importante responder a esta pregunta «¿Quién es el educador sanitario?» Es cierto que algunas personas están especialmente adiestradas para hacer una labor de educación sanitaria. Podemos decir que son especialistas. Pero, puesto que todos los agentes de salud se ocupan de ayudar a la gente a mejorar sus conocimientos y técnicas sobre salud, todos ellos deberían practicar la educación sanitaria en su trabajo. Desarrollando actividades de educación sanitaria, las enfermeras, los farmacéuticos y, por supuesto, los agentes de salud comunitarios pueden aumentar la eficacia de la atención de salud.



La agente de salud pesa a un bebé sano en el dispensario.

Todos los que participan en actividades sanitarias y de desarrollo comunitario tienen pues el deber de ocuparse de la educación sanitaria.

Si los agentes de salud y de otro tipo no ponen en práctica la educación sanitaria en sus tareas cotidianas, no hacen correctamente su trabajo. Cuando trata a un paciente con una infección cutánea o paludismo, el agente de salud debe también educarle, explicándole la causa de su enfermedad y enseñándole métodos de prevención. Los medicamentos no resuelven por sí solos todos los problemas. Si carece de educación sanitaria, el paciente podrá caer enfermo una y otra vez, con la misma enfermedad.

Del mismo modo, un programa de saneamiento del medio debería incluir la educación sanitaria. No basta con que el ministerio o un organismo facilite pozos sanitarios, letrinas y medios de recogida de los desechos; la gente seguirá padeciendo las enfermedades causadas por un saneamiento insuficiente si no hace uso de las instalaciones. Si se aplican los criterios de la educación sanitaria, participarán desde un principio en la identificación de sus problemas de saneamiento y elegirán las soluciones e instalaciones que deseen. Será entonces más probable que hagan uso de esas instalaciones, mejorando así su salud.



Los agentes de salud tienen numerosas oportunidades de practicar la educación sanitaria mientras tratan a los pacientes. Por ejemplo, pueden explicar a un niño por qué es importante que las heridas estén limpias, en lugar de limitarse a vendar la cordadura.

Los agentes de salud deben comprender también que su ejemplo contribuye a educar a los demás. La partera que no lleva un uniforme limpio y el distribuidor de medicamentos que no barre su puesto de primeros auxilios dan un mal ejemplo. La gente no les creerá cuando hablen de salud y de higiene. En cambio, los agentes de salud que construyen letrinas en sus casas, purifican el agua que beben y dan a sus hijos alimentos nutritivos enseñarán con su ejemplo a sus vecinos hábitos sanos.

Personas que trabajan en contacto con la población

En la educación sanitaria nos ocupamos de cómo sienten realmente los demás y no de cómo pensamos que deberían hacerlo. Nos interesa saber cómo enfoca la población sus propios problemas y no sólo resolver los problemas que nosotros vemos. Queremos que las personas desarrollen la confianza y la capacidad necesarias para valerse por sí mismas. No perseguimos la alabanza o el agradecimiento, sino sentir el orgullo de que la población haya adquirido la capacidad para resolver las propias dificultades.

Para hacer posible esa labor de aprendizaje tenemos que:

- Establecer buenas relaciones (páginas 27–29).
- Establecer una comunicación clara (páginas 29–32).
- Fomentar la participación (páginas 32–36).
- Evitar prejuicios y preferencias (páginas 36–38).

En el presente capítulo se examinan estos cuatro puntos.

Establecer buenas relaciones

Relaciones de ayuda

El trabajo de muchas personas consiste en ayudar a los demás. Por ejemplo, maestros, trabajadores sociales, extensionistas, enfermeras, etc.

Como agente de salud de «primera línea», usted también pertenece a la categoría de los profesionales que ayudan a los demás. Para obtener resultados satisfactorios debe establecer buenas relaciones con las personas a las que desea ayudar. Si éstas le aprecian, confían en usted y se sienten a gusto en su compañía, estará en mejores condiciones de ayudarlas.

Para ganarse la confianza de los demás es preciso respetarles (independientemente de quiénes sean, de sus creencias y de su origen), escucharles y animarles a desarrollar sus propias capacidades.

La persona que Ud. es

Lo que usted es (su personalidad) y lo que hace (sus acciones) influyen en el modo en que los demás le consideran y en lo que piensan de usted. Su

personalidad y acciones también influyen en el tipo de relación que usted mantiene con los miembros de la comunidad.

Usted es un agente de salud, pero también muchas otras cosas. Tiene cierta edad y pertenece a un sexo determinado, procede de cierta familia y forma parte de un grupo social y un grupo de trabajo. Puede ser miembro de un grupo religioso. Todos estos factores determinan la opinión que de usted tienen los miembros de la comunidad y lo que esperan de usted. Pueden esperarse distintos tipos de comportamiento con arreglo a su edad, sexo, religión o tipo de trabajo.

Conozca las expectativas de la comunidad y sea consciente de su propia personalidad. Ello le ayudará a establecer buenas relaciones dentro de aquélla. Aprenda sobre sí mismo y sobre su personalidad observando cómo se comportan los demás con usted. Si advierte que en general no se le escucha o se le evita, pregunte a amigos o compañeros de trabajo de su confianza si ellos también han observado lo mismo y sobre las posibles razones de esa actitud. Con arreglo a la información que reciba sobre usted mismo, trate de modificar los aspectos de su carácter que preocupen a la comunidad.

Cómo establecer buenas relaciones

Para establecer buenas relaciones, la gente debe verle en el trabajo. Debe serasequible, hacer lo que la población considera que es útil y provechoso,



Para establecer una buena relación, es preciso visitar a menudo la comunidad utilizando cualquier medio disponible. Estos agentes de salud viajan a caballo a las aldeas que atienden. Otros pueden utilizar bicicletas, motocicletas, autobuses públicos, camiones, o incluso ir a pie.

acercarse a los demás y explicarles lo que hace, escucharles y mostrar interés por sus problemas y necesidades. Deberá estar siempre dispuesto a ayudar a quienes lo necesiten.

Cuando empiece a trabajar en una comunidad deberá presentarse (o volverse a presentar) a sus miembros. Haga una visita a los jefes y representantes de los diversos grupos. Reúnase con las otras personas que trabajan para mejorar la comunidad. Visite a los dirigentes religiosos y políticos, maestros, trabajadores agrícolas, curanderos tradicionales, otros agentes de salud y asistentes sociales. Interésese por el trabajo de todos ellos y explíqueles lo que Ud. hace. Examine con todos ellos la mejor forma de trabajar juntos para mejorar la comunidad.

Por último, recuerde que el objetivo de la educación sanitaria es ayudar a los demás a resolver sus problemas por sí mismos. Tiene Ud. que ayudar a los miembros de la comunidad a tomar conciencia de lo que pueden hacer por sí mismos y enseñarles las técnicas necesarias para ello. Utilizando métodos de educación sanitaria en su trabajo podrá ayudar a la población a hacer algo positivo por la salud. La gente se sentirá así mejor y le tomarán aprecio por su preocupación e interés en su bienestar. Sus relaciones prosperarán y mejorarán.

¿ Con qué personas en su vida privada o profesional mantiene buenas relaciones? ¿ Por qué son buenas esas relaciones? ¿ Hay personas con las que no mantenga usted buenas relaciones? ¿ En tal caso, qué puede hacer para mejorarlas ?

Establecer una comunicación clara

Todos los días de nuestra vida tratamos de compartir ideas, sentimientos e información con otras personas. A esto se llama « comunicación ». El habla es el medio más común de comunicación, pero existen muchos otros, como la escritura, los gestos con las manos y el cuerpo, el dibujo, el canto, etc. Muchos de los métodos educativos que examinaremos más adelante son de hecho métodos de comunicación. Por consiguiente, se necesitan técnicas de comunicación para la educación sanitaria.

La comunicación forma parte de nuestras relaciones normales con otras personas. No puede existir una buena relación si no se comparten, en cierta medida, ideas, sentimientos e información, lo cual, a su vez, se da más fácilmente entre personas que mantienen una buena relación. El establecimiento de buenas relaciones con los demás, tal como se examinó en la

sección anterior, corre pareja con el desarrollo de la capacidad de comunicación. A continuación se examinan tres importantes aspectos de ésta.

Hablar y expresarse con claridad

El objetivo de la comunicación es que los demás oigan, vean y entiendan el mensaje (idea o sentimiento) que se comparte con ellos. Por lo tanto, es importante hablar, escribir o presentar el mensaje con claridad y sencillez.

En primer lugar, utilice palabras que la gente entienda. Muchos términos relativos a la atención de salud, como inmunización, desinfección, antiséptico, hipertensión o tuberculosis, serán desconocidos para muchas personas. Busque palabras sencillas y corrientes para explicar lo que quiere decir. Por ejemplo, diga «limpie muy bien» en lugar de desinfecte. Trate de emplear los nombres locales de las enfermedades. Un agente de salud que participe en las actividades de la comunidad y conozca la cultura local podrá utilizar las palabras y los conceptos que la población conoce.

Otro aspecto de la claridad en la comunicación es que debe utilizarse el menor número posible de palabras. Una larga conferencia aburriría y haría que no se captara o se olvidara el mensaje.

Cuando se utilicen métodos didácticos basados en materiales como carteles, películas y fotografías, es necesario que la población los conozca. Un método desconocido puede no servir para comunicar la idea apropiada. Asegúrese de que todas las palabras, escritas o habladas, utilizadas para educar a la gente son claras y sencillas.

Escuchar y prestar atención

La comunicación entraña dar y recibir. El agente de salud no sólo debe hablar claramente a la comunidad, sino que también debe escuchar atentamente a sus miembros para comprender sus intereses e ideas.

Escuchar es un modo de mostrar respeto. Preste mucha atención a lo que le dicen los demás. Anímeles a hablar libremente; no les corte ni les interrumpa, ni empiece a discutir, ya que cortarían la comunicación y podría no recibir sino la mitad del mensaje o nada en absoluto.

Cuando escuche no mire hacia otro lado. No se ocupe de otras cosas mientras la otra persona está hablando. Si lo hace, el otro pensará que no le interesa lo que dice.



El arte de escuchar es sumamente importante en educación sanitaria. Escuchando con atención, el agente de salud aprende cuáles son los sentimientos de una persona acerca de un problema y los motivos de su comportamiento. Así es posible ayudarle a encontrar las soluciones apropiadas.

Discutir y aclarar

Después de escuchar, es importante cerciorarse de que se ha entendido correctamente a la otra persona. Después de hablar también debe comprobar que el otro le ha comprendido bien. Hacer preguntas puede ayudar a aclarar lo que alguien ha dicho. No tema nunca preguntar. Las preguntas pueden hacer más precisa la comunicación entre personas.

También conviene resumir. Después de escuchar trate de resumir brevemente a la otra persona lo que usted cree que ha dicho. Pregúntele a continuación si usted ha entendido bien lo que quería decir. Haga lo mismo cuando sea usted quien habla: anime a la otra persona a que resuma sus palabras. De esa manera sabrá si le ha comprendido. Este tipo de relación favorece una buena comunicación.

He aquí algunas de las cosas que puede hacer para practicar su capacidad de comunicación.

Reúnase con otros dos agentes de salud o dos amigos. Pida a uno de ellos que resuma brevemente algo importante ocurrido en la última semana. Escuche atentamente. Pida al segundo amigo que también lo haga. Cuando el primer compañero haya terminado su exposición, resuma brevemente y repita la información. Pida a ambos amigos que le corrijan si se equivoca. Así aprenderá a escuchar mejor.

A continuación, cuente a uno de sus amigos algo que haya hecho usted la semana pasada. Pídale que le resuma lo que usted ha dicho. Así aprenderá a expresarse claramente. Repita este ejercicio varias veces para desarrollar sus capacidades.

Fomentar la participación

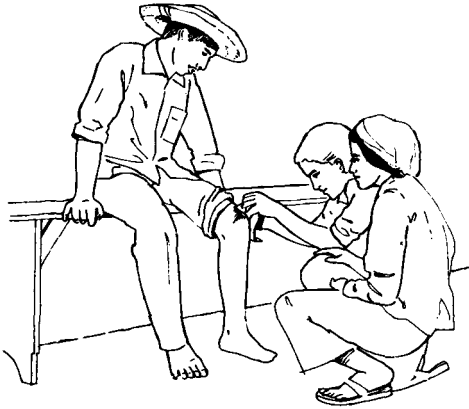
En educación sanitaria, la participación significa que la persona, el grupo o la comunidad trabajan activamente, con los agentes de salud y otros, para resolver sus propios problemas. La participación es necesaria en todas las fases, desde la identificación de los problemas hasta su solución. Inmediatamente después de haber establecido relaciones con las personas y las comunidades debe empezar a fomentar la participación. Utilice sus técnicas de comunicación y anime a los demás a que le hablen mientras usted escucha. De esa manera podrán participar en la identificación de sus problemas.

¿Por qué es necesaria la participación de la población? En primer lugar, porque al participar, las personas estarán más interesadas en ayudarse a sí mismas y se sentirán más comprometidas a tomar las medidas necesarias para mejorar su salud.

En segundo lugar, las personas son responsables de su propia salud. Los agentes de salud pueden orientar a la gente para encontrar soluciones a los problemas, pero no pueden asumir una responsabilidad directa. Si llega una madre con un niño mal alimentado, el agente de salud no puede llevarse al niño a casa y alimentarlo. Puede recetar medicamentos para bajar la fiebre, pero no seguir a las personas hasta sus casas y hacer que tomen una píldora cada cuatro horas. Si una comunidad se queja de que no tiene suficiente agua potable, los agentes de salud no pueden aportar el dinero necesario para cavar un pozo. Por supuesto, pueden ayudar, pero lo más importante es la autoayuda. Los agentes de salud tienen muchas oportunidades para fomentarla. Véase, como ejemplo, la ilustración de la página 33.

Participación en la identificación de los problemas

Cometerían un error los agentes de salud que dijeran a una comunidad «sabemos cuáles son sus principales problemas». Ciertamente pueden advertir



Este agente de salud de la comunidad está utilizando la educación sanitaria para fomentar la autoayuda. Mientras trata al marido, les enseña a él y a su mujer las sencillas técnicas necesarias para cuidar la herida.

muchos de ellos. Consultando historias clínicas pueden comprobar que muchas personas padecen paludismo, lo cual es un problema. Pueden hacer un recorrido por la comunidad y observar que hay desechos por todas partes. También esto es un problema. Sin embargo, hasta que las personas interesadas no tomen conciencia de que hay un problema no estarán interesadas en resolverlo. Puede molestar a la gente la presunción de que conoce todo acerca de sus vidas.

Si se empieza por animar a las personas a identificar sus propios problemas, éstas estarán más dispuestas a enfrentarse con ellos. La mayoría de los problemas tendrán algo que ver con la salud. Los agentes de salud deben mostrar interés en ayudar a resolver los problemas que los miembros de la comunidad consideran como tales. Esto facilitará la confianza y ayudará a fortalecer las relaciones.

Participación en la búsqueda de soluciones

Decir «sabemos cuál es la mejor solución para su problema» sería otro error de los agentes de salud. Lo que es «mejor» para una persona o comunidad puede no serlo para otra. Las comunidades no poseen los mismos recursos y tienen diferentes creencias y valores y distintos tipos de dirigentes. Los problemas deben resolverse en el marco de la vida real de la persona o la comunidad, lo cual sólo es posible con la participación de la persona o comunidad de que se trate.

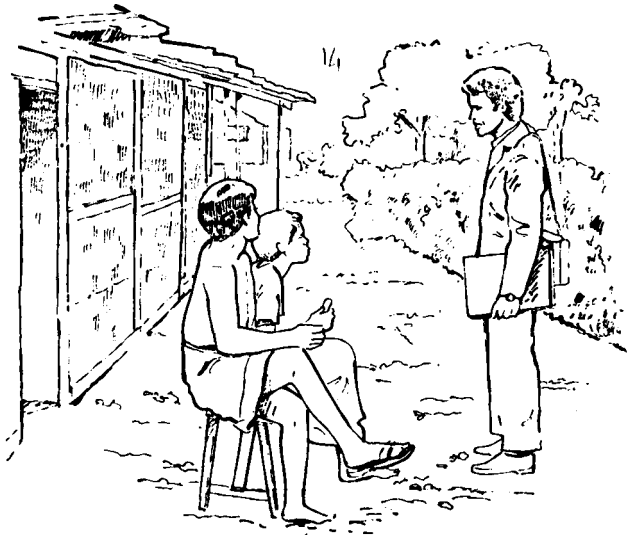
Por supuesto, un agente de salud puede formular sugerencias, pero las ideas (cuantas más mejor) deben surgir de las propias personas. Examine atentamente cada sugerencia con la persona interesada para ver si es la

adecuada. Estimule luego a la comunidad para que elija la solución más conveniente.

Participación en la acción

El agente de salud también cometería un grave error si dijera «no se preocupe, haré lo que sea necesario para resolver su problema». Recuerde que cada uno es responsable de su salud y que, si usted hace todo en su lugar, podrán criticar los resultados y echarle a usted la culpa. Esto no quiere decir que deba dejarles a ellos hacer todo. Al contrario, indique claramente lo que usted puede y debe hacer y lo que cada uno puede hacer y aprender a hacer por sí mismo. Si bien es cierto que ciertas tareas sanitarias deben ser realizadas por una persona capacitada, también lo es que deben ofrecerse todas las oportunidades posibles de participación para que, con la experiencia, los miembros de la comunidad adquieran ciertos conocimientos.

Facilitar la participación



«No os preocupéis. Haré lo que esté en mis manos para resolver vuestro problema.» Este criterio a la larga acaba complicando los problemas en lugar de resolverlos, porque la población se vuelve dependiente del agente de salud. Uno de los principales objetivos debe ser ayudar a la gente a depender de sí misma y a adquirir los conocimientos necesarios para participar activamente en todas las etapas de la atención primaria de salud, desde la identificación de problemas hasta la solución de los mismos.

Procure evitar los frecuentes errores anteriormente mencionados. Piense en lo que «nosotros» podemos hacer para resolver los problemas y no en lo que «yo» puedo hacer. Usted debe servir de orientación y de ayuda.

Junto con los miembros de la comunidad debe preguntarse «¿Qué problemas podemos identificar? ¿Cuáles son las mejores soluciones? ¿Qué medidas pueden tomarse?»

Al tratar de fomentar la participación, deberá tener en cuenta tres puntos:

En primer lugar, que algunos métodos de educación sanitaria son útiles para fomentar la participación. Por ejemplo, las reuniones y los debates en grupo (véase capítulo 5). Pueden ser reuniones oficiales convocadas por los dirigentes de las aldeas, discusiones amistosas informales con otras personas y pequeños grupos, visitas a los hogares, conversaciones en los lugares de esparcimiento de la gente, etc. Hable con la gente y escuche. Así conocerá sus problemas. En las reuniones anime a los participantes a exponer sus puntos de vista. Las personas calladas tienen tantas buenas ideas como las que hablan mucho. Cuando sea posible, trate de lograr un acuerdo general (el llamado «consenso»), a fin de que el plan final sea aceptable para todos. Esto también contribuirá a garantizar la participación y el compromiso.

En segundo lugar, al fomentar la participación, tenga en cuenta la cultura local. El método de participación dependerá de la cultura. Pongamos por ejemplo las reuniones. En algunas culturas no es aceptable que los jóvenes expongan sus opiniones en público. En ese caso, tendrá que encontrar otro medio, hablando con las personas interesadas, para que los jóvenes pueden expresarse. Tal vez el líder de éstos podría hablar en privado con algunos de los de más edad. Tal vez tenga Ud. también que enseñar cortésmente a los dirigentes de la comunidad el valor de la participación. La solución de un problema no es sencilla y puede llevar tiempo, pero la participación de la población será sumamente útil. Otros ejemplos de participación se citan en los capítulos 3 y 6.

Por último, es importante dentro de las comunidades animar a los dirigentes locales a participar. Cuando el problema afecta a todos, asegúrese de que el grupo de planificación es representativo de todos los sectores de la comunidad. En las páginas 175–176 se exponen los métodos de identificar a las personas que tienen influencia en la formación de la opinión pública. Esas personas deberán dirigir el grupo en la determinación de los principales problemas y en la búsqueda de soluciones y de planes para aplicarlas. Todos y cada uno de los miembros del grupo deben desempeñar una función para que ninguno se sienta marginado. Todos se sentirán así obligados a intervenir en la solución del problema. De ese modo aumentará el número de personas que adquieren conocimientos y aprenden a asumir responsabilidades de liderazgo para el futuro. El seguimiento es necesario para comprobar que cada persona ha comprendido cuál es su función y la desempeña bien.

La acción no es un producto espontáneo. Frecuentemente tendrá que animar a las personas a asumir responsabilidades.

Participación en la evaluación

En el curso de un programa o actividad planificada deben evaluarse constantemente los progresos realizados. Del mismo modo, al terminar un programa debe medirse su éxito o fracaso (en las páginas 82–83 se indican cómo hacerlo). La participación también es importante a este respecto. Al examinar los resultados con los miembros de la comunidad, puede ayudarles a aprender. Si saben por qué un programa o acción tiene éxito o fracasa, la próxima vez podrán hacerlo mejor.

¿Qué grado de participación en las actividades de salud existe en su comunidad actualmente? ¿Cuántas personas participaron en el último gran proyecto? ¿Intervienen muchas personas, o sólo unas pocas hacen todo el trabajo? Si la participación es escasa, ¿por qué es así? ¿Qué puede hacer usted para aumentar la participación en su comunidad? ¿Cuál es la mejor manera de que el agente de salud de la comunidad contribuya a fomentar la participación?

Evitar prejuicios y preferencias

Todo el mundo tiene prejuicios. Ya se examinó brevemente este problema en el capítulo 1. Un prejuicio significa juzgar a una persona de antemano simplemente por ser miembro de determinado grupo. Los prejuicios son sentimientos profundos en favor o en contra de una persona por el grupo de edad o la tribu a que pertenece, la religión que profesa, el nivel de instrucción que tiene, su lugar de nacimiento, etc. Para que su trabajo de educación sanitaria sea eficaz, debe Ud. ser consciente de sus propios prejuicios y actitudes. Tal vez sea difícil, pero no debe permitir que influyan en su trabajo. No debe favorecer a un grupo más que a otro. Y sobre todo, no permita que sus prejuicios creen dificultades o perjudiquen a las comunidades a las que trata de servir. He aquí un ejemplo de lo que puede suceder si se permite que los prejuicios interfieran con nuestro trabajo.

La Sra. Selma ha trabajado como agente de salud en un distrito durante muchos años. Un día tiene noticia de la llegada al distrito de un nuevo agente de desarrollo comunitario. La anterior era buena amiga de la Sra. Selma. Esta sintió mucho que se fuera. El recién llegado es muy joven. Acaba de finalizar su formación. La Sra. Selma se pregunta: «¿cómo puede un chico tan joven ayudar a nuestro distrito? Es más joven que mi propio hijo. Dudo que sea muy útil».

La Sra. Selma va todos los días al ambulatorio preescolar para conversar con las madres. Un día estaban hablando de que necesitaban mejorar sus conocimientos a fin de poder ganar más dinero para alimentar a sus hijos. En lo primero que pensó la Sra. Selma fue en los agentes de desarrollo comunitario. Su antigua amiga siempre ayudaba en problemas de ese tipo. Ahora teme que el nuevo agente de

desarrollo comunitario sea demasiado joven y carente de experiencia. No le pide ayuda.

La Sra. Selma tiene un prejuicio contra el nuevo agente de desarrollo comunitario, con lo cual probablemente esté perjudicando a las madres a las que desea ayudar. El agente de desarrollo comunitario es un recurso valioso, pero en ese caso las madres no podrán beneficiarse de su ayuda.

He aquí otro ejemplo.

El Sr. Tess es un agente de salud en un distrito en el que hay muchas aldeas. Debería visitar cada aldea una vez cada 15 días. Tiene muchos amigos en la aldea de Bola, que visita una o dos veces por semana. Debido a la frecuencia de estas visitas, no tiene tiempo para dedicarlo a algunas de las otras aldeas. El Sr. Tess tiene un prejuicio favorable a la aldea de Bola, que le hace descuidar las necesidades de las otras aldeas.

El tercer ejemplo muestra que no debemos permitir dejarnos llevar por nuestras preferencias, ya que esto puede ser gravoso o perjudicial para la comunidad.

El Sr. Sam trabaja en un dispensario local. Conoce muy bien todos los medicamentos. Está agradecido a su tío por haberle ayudado a ir a la escuela donde aprendió su trabajo. Su tío, que posee una pequeña tienda de medicamentos en el centro urbano, sigue dándole algún dinero de vez en cuando. Cuando llegan pacientes al dispensario y escasean los medicamentos que necesitan, el Sr. Sam les dice algunas veces que compren el medicamento en el negocio de su tío en vez de tratar de conseguirlo. Esto costará a los pacientes más dinero.

Aunque el Sr. Sam tiene razones para querer a su tío, no es justo que sus preferencias perjudiquen a los pacientes que acuden a él en busca de ayuda.

Debemos tener cuidado con nuestros prejuicios y preferencias, ya que pueden influir en el grado de confianza de que gozamos en la comunidad y en las relaciones que mantenemos con ella. Pueden dificultar considerablemente nuestra labor de educación sanitaria. Si queremos que todo el mundo participe en la solución de los problemas de salud de la comunidad, no podemos permitir que nuestros prejuicios y preferencias nos dominen.

La educación sanitaria también debe servirnos para conocer mejor nuestro propio comportamiento. Debemos tratar de perfeccionarnos para poder servir mejor a la población y las comunidades que nos necesitan.

Piense en la Sra. Selma, el Sr. Tess y el Sr. Sam. ¿Cuáles son las razones de sus prejuicios y preferencias? ¿Cree que pueden modificar su comportamiento? Tal vez sea difícil. ¿Qué les recomendaría usted hacer a cada uno de ellos para que sus prejuicios o preferencias no causen daño a la comunidad? ¿Alguien más podría ayudar?

¿Qué prejuicios tiene usted respecto de otros trabajadores sociales o agentes de salud comunitaria, determinadas aldeas o barrios, ciertos dirigentes de la comunidad, algunos grupos de personas (jóvenes, viejos, personas del otro sexo, de otras zonas, de distintas religiones)? ¿Siente preferencia por algunas personas?

¿Cómo puede cercionarse de que sus prejuicios o preferencias no perjudican a la población a la que usted debe ayudar?

Planificación de la educación sanitaria en la atención primaria de salud

La educación sanitaria tiene por objeto alentar a las personas a desarrollar la confianza y las medidas que pueden permitirles ayudarse a sí mismas. En otros términos, las medidas de planificación que se examinan en el presente capítulo no están pensadas para que sólo hagan uso de ellas los agentes de salud sino también la propia comunidad. La participación de la comunidad en el proceso de planificación es educativa en sí misma porque, una vez que se hayan aprendido y utilizado las medidas, la comunidad podrá tomar una mayor iniciativa para planificar sus propios programas y actividades. Así es como se desarrolla la autorresponsabilidad.

En este capítulo se describen ocho medidas básicas de planificación:

- Reunir información (páginas 40–53).
- Comprender los problemas (páginas 54–58).
- Adoptar decisiones sobre prioridades, objetivos y actividades (páginas 58–64).
- Identificar y obtener recursos (páginas 64–71).
- Promover la acción y el seguimiento (páginas 71–74).
- Seleccionar métodos apropiados (páginas 74–80).
- Evaluar los resultados (páginas 80–82).
- Analizar el proceso de planificación (páginas 83–86).

Estas medidas no deben considerarse fases que han de sucederse por ese orden. Por supuesto, es necesario reunir la información antes de iniciar la acción, pero la evaluación, aunque se ha colocado casi al final, debe comenzar al iniciarse el proceso, para que puedan registrarse a lo largo de él los avances o los retrocesos.

Se ponen de relieve la importancia de utilizar tecnología apropiada, la necesidad de que participe la comunidad, el valor de la asociación entre ésta y el agente de salud y la necesidad de coordinar los distintos niveles de la planificación sanitaria.

Reunir información

La buena educación sanitaria se basa en hechos. No sería correcto decir «creo que la nutrición deficiente es un problema porque muchas madres no saben qué alimentos son buenos para sus hijos». Tiene que haber hechos. ¿Cuántos niños están mal alimentados? ¿Qué entendemos por nutrición deficiente? ¿Cómo se mide o se comprueba ésta? ¿Cuántas madres saben cómo deben alimentar a sus hijos? ¿Cuántas no saben? Si muchos niños están mal alimentados ¿es la falta de conocimientos la única razón? Necesitará Ud. esta información al iniciar un programa para poder medir fácilmente, cuando éste termine, cualquier cambio o mejora.

¿Qué información necesitamos?

Hay que averiguar:

- Cuáles son los problemas más importantes, desde el punto de vista de la persona, el grupo o la comunidad a la que se presta ayuda.
- Qué otros problemas puede usted apreciar.
- Qué otros problemas observan los demás agentes comunitarios.
- Cuántas personas tienen esos problemas.
- Qué prácticas pueden haberlos causado.
- Posibles razones de esas prácticas.
- Otras causas de los problemas.

Para obtener esta información, tendrá Ud. que estar familiarizado con la comunidad donde trabaja. Entre otras cosas, necesitará conocer:

- Las creencias y valores locales que afectan a la salud.
- Los tipos de comportamiento que son aceptables para la cultura local.
- Las personas importantes localmente y las razones de su importancia.
- Cómo se adoptan las decisiones sobre los problemas locales.
- Los servicios de atención de salud disponibles, tanto tradicionales como modernos.
- La ubicación de los servicios.

- Las principales ocupaciones de hombres y mujeres, el nivel de instrucción de la comunidad y la calidad de la vivienda, ya que esos factores le permitirán saber algo acerca de las condiciones económicas de la población.
- Los clubs, sociedades y organizaciones existentes.
- Las religiones practicadas en la localidad.
- Los modos locales de compartir ideas y sentimientos.

**¿Conoce todos estos detalles sobre la comunidad donde Ud. trabaja?
 ¿Cómo los conoció? ¿Si no los conoce, intente reunir la información,
 trabajando conjuntamente con otros agentes de salud y de la comunidad.
 Cada uno puede ser responsable del acopio de un tipo distinto de infor-
 mación sobre la comunidad. Cuando se haya recogido la información,
 reúnanse con la gente y examínela juntos. Pregúntese qué nuevas cosas
 ha aprendido acerca de la comunidad donde trabaja.**

La importancia del acopio de información

Una familia no decidirá construir una nueva casa sin investigar antes la disponibilidad de terreno y el costo de los materiales. Un médico no comenzará a tratar a un paciente sin investigar antes la naturaleza de su enfermedad, mediante métodos como la observación, las preguntas y las pruebas de laboratorio. De igual modo, los agentes de salud dedicados a la educación sanitaria deben investigar cada problema antes de iniciar un programa de actividades para abordarlo. He aquí algunas razones para actuar de ese modo.

- Es necesario conocer la magnitud del problema (a cuántas personas afecta) y su gravedad o peligrosidad (cuántas muertes o daños está causando). La información precisa sobre la naturaleza de un problema facilitará la determinación de las prioridades.
- Si se reúne información acerca de la naturaleza y la magnitud del problema antes y después de ejecutar el programa, se podrán apreciar los efectos de éste.
- La información sobre la comunidad permitirá elegir la forma más apropiada de abordar el problema («estrategia»), tanto en relación con el problema propiamente dicho como con la cultura en que éste se plantea. Nos referiremos de nuevo a las prioridades y la estrategia en la página 58.

Cómo reunir la información

Hay tres maneras principales de reunir información sobre las personas, los grupos y las comunidades. En primer lugar, por observación, es decir, mirando y escuchando. En segundo lugar, mediante entrevistas, que implican conversaciones y preguntas. En tercer lugar, pueden consultarse registros y documentos, que contienen por escrito las observaciones y experiencias de otros.

Estos tres métodos se utilizan a menudo conjuntamente para obtener un panorama completo de un problema o del estudio de una comunidad y sus necesidades. Por ejemplo, en relación con el problema de las enfermedades transmitidas por el agua, sería útil entrevistar a la gente para saber de dónde sacan el agua y cómo la conservan. En segundo lugar, sería conveniente observar las diversas fuentes locales de agua para ver si, en realidad, la gente las utiliza como han dicho en la entrevista. Por último, los registros de la clínica darán una idea del número de personas que padecen efectivamente enfermedades transmitidas por el agua.

Observación

Saber qué se observa y cómo se observa.

Las observaciones deben realizarse cuidadosamente. Hay que decidir de antemano qué se observará y cómo. Por ejemplo, padres y maestros pueden quejarse de que los niños tienen sangre en la orina. Esto puede deberse a la esquistosomiasis, una enfermedad que se contrae metiéndose en corrientes de agua (o estanques) contaminados porque personas infectadas han defecado u orinado en el agua. En ese caso, es importante: i) observar si se encuentran en corrientes de agua caracoles huéspedes de la enfermedad, y ii) observar el comportamiento de los niños en torno a las corrientes. Si la observación muestra que hay caracoles portadores de la enfermedad y que los niños juegan efectivamente en los corrientes, se meten en ellas y defecan u orinan dentro o cerca de ellas, puede sospecharse con razón que se trata de esquistosomiasis. Otra forma de observación sería examinar muestras de orina o heces al microscopio.

El mercado local debe incluirse en cualquier estudio de la comunidad porque ello puede permitir descubrir muchos problemas sanitarios y recoger información importante. Por ejemplo, un estudio del mercado le permitirá saber qué alimentos pueden obtenerse en la localidad y a qué precios y tal vez identificar factores causantes de enfermedad.

Saber cuándo observar

La observación efectuada en un momento inoportuno puede dar una impresión falsa sobre un problema. Si observamos una corriente de agua durante las horas de escuela, no tendremos una idea clara de cómo nadan y entran en ella los niños. El mejor momento para observarlo sería después de la escuela y durante los fines de semana, cuando los niños pueden ir a jugar y lavarse si lo desean.



El mercado local debe formar parte de toda encuesta comunitaria. En él pueden observarse infinidad de riesgos para la salud. ¿Qué problemas observa usted en esta ilustración?

Observar concienzuda y detenidamente

Como se ha dicho, la observación no sólo se efectúa con los ojos. También con los oídos, la nariz, los dedos y la lengua puede obtenerse información importante. Los sonidos, los olores, el tacto y el gusto le enseñarán muchas cosas sobre su comunidad. Ud. debería poder comunicar con precisión lo que ha observado. Por ejemplo, un inspector sanitario envió a tres agentes de salud a examinar la casa de una familia. He aquí lo que dijo cada uno de ellos:

- El primero informó de que «la zona estaba muy sucia».
- El segundo dijo: «el estado de la casa no era peor que el de las demás casas de la vecindad».

- El tercero explicó: «la cuneta frente a la casa estaba llena de hojas y papeles. Detrás de la casa había una pila de latas, botellas rotas, papeles y trapos que me llegaba a la rodilla y de una anchura como mi altura. Todo la basura estaba en esa pila. No había ninguna esparcida en torno a la casa».

Los tres agentes de salud observaron lo mismo, pero sus comentarios fueron diferentes. Los dos primeros hicieron juicios. No comunicaron todas sus observaciones. Sólo el tercero hizo una descripción bastante exacta. Después de observar algo, reflexione cuidadosamente sobre lo que ha visto; tal vez desee incluso anotar sus observaciones por escrito. Después, decida si lo que vio era bueno o malo. Pida a otras personas que observen la misma cosa para ver si todas están de acuerdo con lo que usted vio u oyó. Que otros confirmen sus observaciones permite lograr una mayor precisión.

Observar a los individuos

La observación le será muy útil cuando se trate de ayudar a personas enfermas o que tengan problemas. Los movimientos de sus ojos y su cuerpo podrán decirle muchas cosas. La observación le permitirá apreciar los indicios de tristeza, alegría, preocupación, dolor, temor y otros sentimientos.



La observación de pacientes individuales es sumamente importante. Aprenda a reconocer a simple vista cómo se siente el paciente y entérese de qué remedios, modernos o tradicionales, se han probado para curarle.

Mediante la observación podrá obtener también mucha información sobre la higiene personal de una persona o sobre su actitud ante los problemas de salud. Por ejemplo, observando las cortaduras y heridas, podrá saber si son recientes o si la persona ha tardado en venir a verle. A veces, podrá ver si ha recurrido a la medicina tradicional. Algunas personas llevan amuletos o símbolos que le facilitarán información acerca de sus creencias y religión.

En ocasiones, se puede obtener información sobre la situación financiera o los antecedentes étnicos de una persona observando el tipo de ropa que lleva o el estado de ésta. Pero tenga cuidado: si sus ojos pueden informarle, también pueden inducirle a error. Recuerde que todos tenemos prejuicios. Por ejemplo, la ropa, por sí sola, no es un signo de riqueza o pobreza. Haga preguntas para saber si sus juicios son correctos.

Observar a los grupos

Utilice los ojos cuando trabaje con grupos o comités. Podrá ver si algunas personas prestan atención. Utilice los oídos para oír si la gente participa. Podrá observar si el grupo está contento o enfadado. Si nota que hay problemas, podrá contribuir a resolverlos.

Es útil practicar sus dotes de observación. Reúna a un par de amigos o colegas. Elija una calle de su aldea o de su barrio. Recorran todos ustedes la calle y obsérvenla desde el punto de vista del saneamiento del medio. No hablen entre sí hasta que lleguen al final de la calle. Después, analicen lo que hayan observado. Comprueben si han observado lo mismo. Recorran la calle en sentido inverso para confirmar sus observaciones.

Utilice los ojos. ¿Ve trozos de papel o latas viejas en el suelo? ¿Ve cañerías obstruidas?

Utilice la nariz. ¿Hay olor a basura, agua estancada o desechos humanos?

Utilice los oídos. ¿Oye el zumbido de muchas moscas o a cabras, ovejas o perros husmeando en los desechos?

Hacer participar a otras personas en la observación

La observación proporciona una excelente oportunidad para la participación y el aprendizaje. Puede alentarse a los pacientes que acuden a las clínicas a observar su propio medio. Es posible movilizar a los grupos comunitarios para que observen su entorno y hagan una encuesta en su comunidad, a fin de descubrir los problemas y las necesidades.

Si los miembros de la comunidad contribuyen al acopio de información, conocerán mejor los problemas con que se enfrenta la comunidad. Descubrirán recursos para atender sus necesidades. Otros miembros de la comunidad les darán ideas acerca de la manera de resolver los problemas. Y sentirán que participan realmente en la planificación de las actividades de salud.

Lo mejor es que la gente misma inicie la encuesta, examine sus necesidades, decida con los agentes de salud cuáles son las más urgentes y haga planes.

Una sola persona puede hacer una encuesta, pero lleva mucho tiempo. Es preferible que se encargue de ello un pequeño grupo. Un club escolar puede hacer una encuesta en la comunidad para saber cómo pueden los miembros del club contribuir a mejorar su aldea o vecindad. Los propios dirigentes comunitarios pueden participar en la realización de la encuesta.



Debe fomentarse la participación cuando en una comunidad se está reuniendo información sobre la salud y otras necesidades. Los escolares, por ejemplo, pueden aprender a utilizar cintas para medir el perímetro del brazo. Después pueden ayudar a averiguar cuál es el estado nutricional de los niños de la aldea en edad preescolar.

No basta con reunir información. Hay que estudiarla cuidadosamente para que la gente pueda aprender de ella. Converse con la gente. Comparta ideas. Ayúdeles a llegar a algunas conclusiones acerca de los problemas más graves y de por qué se plantean. Averigüe si la encuesta ha puesto de manifiesto algunos recursos que podrían utilizarse para solucionar los problemas.

Entrevistar a las personas

La entrevista es un modo de reunir información mediante la comunicación entre alguien que desea obtenerla (el entrevistador) y los que pueden proporcionarla (los entrevistados).

Su capacidad para relacionarse será muy importante para las entrevistas. Si una persona no tiene confianza en usted, es posible que no hable con libertad y le dé información falsa. Cerciórese siempre de que la persona sabe quién es Ud. y por qué quiere hablar con ella.

Una entrevista debe planearse cuidadosamente. Para realizarla, tal vez tenga que hablar con un grupo de personas en el mercado o reunirse especialmente con un dirigente de aldea, afin de tratar un grave problema comunitario. En ambos casos, deberá tener de antemano una idea clara de la información que desea obtener.

Qué preguntar

Probablemente descubrirá que necesita información de dos tipos. Al principio de un programa, es probable que trate Ud. de obtener información de carácter general, que puede referirse al modo de vida de la comunidad y a las diversas necesidades que la población percibe.

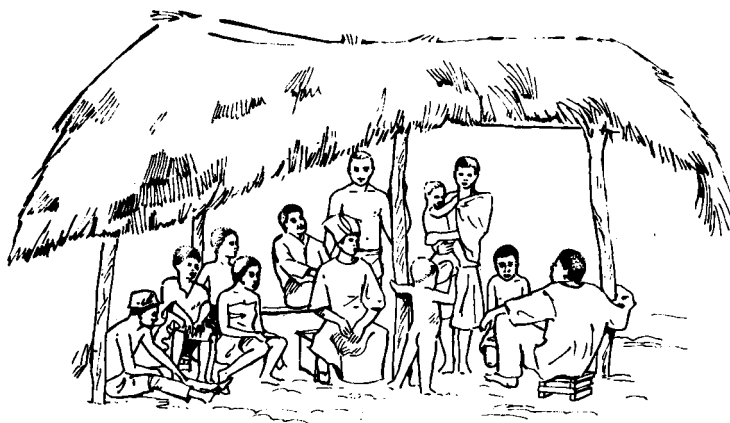
Más adelante, tal vez intente obtener información específica. Gracias a las entrevistas de carácter general, puede haber descubierto, por ejemplo, que muchas personas estiman que la ciudad necesita un nuevo mercado. La finalidad de una entrevista específica sería descubrir qué problemas plantea el mercado actualmente existente, qué medidas se han adoptado ya, qué ideas se sugieren para mejorar el mercado y qué contribución está dispuesta a aportar la gente para solucionar los problemas.

A quién entrevistar

A continuación, debe Ud. decidir a quién entrevistará. Se puede entrevistar a la gente en grupo. Si se trata de un nuevo mercado, puede usted asistir a una reunión de la asociación de los vendedores del mercado y preguntarles si están dispuestos a discutir sus ideas y sentimientos con usted. Si están de acuerdo, puede realizar una entrevista en la que reunirá información con mayor rapidez que si tuviera que hablar con cada uno de ellos.

Una entrevista de grupo puede ser el punto de partida para la solución de los problemas de la comunidad. Los miembros del grupo no sólo pueden identificar los problemas urgentes sino que también pueden examinar y llegar a

entender por qué se plantean esos problemas. Una vez hecho esto, el grupo puede examinar las posibles soluciones.



Entrevistar a un grupo en una reunión comunitaria es una forma de hacer acopio de información sobre las necesidades y los problemas de la comunidad. Aquí los habitantes de una aldea se han reunido para compartir sus preocupaciones con el agente de salud comunitario.

En otras ocasiones, es necesaria una entrevista individual. No todo el mundo estará dispuesto a expresar su verdadera opinión en un grupo. En nuestro ejemplo del mercado, puede haber opiniones muy dispares y una conversación en grupo puede llegar a ser muy irritante. En tal caso, es preferible descubrir, mediante entrevistas individuales, lo que desea realmente cada persona. La entrevista individual es, por supuesto, la manera habitual de prestar ayuda a los pacientes que solicitan atención de salud.

Además de entrevistar a la población en general, es muy importante entrevistar a los dirigentes locales. Hable también con las personas que hayan aceptado nuevas ideas, como los métodos de planificación de la familia o las letrinas ventiladas. Intente descubrir por qué las han aceptado. Esto le ayudará a comprender el proceso de cambio en su comunidad.

Si desea conocer las ideas de muchas personas sobre un problema, decida qué cuestiones desea tratar y qué preguntas quiere formular antes de reunirse con ellas. Y no olvide hacer las mismas preguntas de la misma manera a cada persona. Las preguntas hechas en forma diferente a diversas personas darán por resultado respuestas diferentes y confusas. Si esto sucede, la información no tendrá utilidad.

Cómo pedir información

En las entrevistas se utilizan preguntas y observaciones para alentar a las personas a proporcionar información. Las palabras empleadas deben elegirse cuidadosamente, porque influyen en cómo contesta la persona.

Hay cuatro tipos de pregunta u observación, pero no todos permitirán obtener información útil.

Tomemos de nuevo el ejemplo del mercado, y veamos cómo pueden utilizarse los cuatro tipos de pregunta para obtener información específica sobre el problema. Como verá Ud., algunas fórmulas son mejores que otras.

«¿Necesita nuestra aldea un nuevo mercado?»

Esta es una *pregunta simple y directa* que puede contestarse con un simple «sí» o «no». Pero comenzar una entrevista con este tipo de pregunta puede crear problemas. En primer lugar, es posible que los entrevistados intenten adivinar la opinión del entrevistador o de los dirigentes de la aldea y responder como creen que deben hacerlo y no de acuerdo con lo que realmente opinan.

En segundo lugar, este tipo de pregunta no permite la discusión. La respuesta «sí» o «no» no expresa toda la gama de los sentimientos y opiniones de una persona sobre el tema. Una persona puede contestar «sí» y creer, sin embargo, que el mercado no es el problema más importante que se plantea en la aldea en ese momento. Una pregunta directa no facilitará la expresión de esa opinión.

Es mejor dejar las preguntas directas para una fase ulterior de la entrevista. Cuando la persona ha comenzado a expresar libremente sus opiniones, puede utilizarse una pregunta directa para aclarar ciertos puntos.

«¿No cree usted que nuestra aldea necesita un nuevo mercado?»

Esta es una *pregunta que sugiere la respuesta* porque induce a la persona a dar solamente una respuesta. La gente contesta fácilmente «sí» a una pregunta de ese tipo. Las preguntas que comienzan con:

«¿No cree usted...?» «¿No es cierto...?» «¿No piensa usted...?» «¿No debería usted...?» hacen que las personas den respuestas orientadas en un solo sentido. Es peligroso utilizarlas en entrevistas porque los entrevistados estarán casi siempre de acuerdo y pocas veces revelarán su verdadera opinión.

«¿Debería crearse un nuevo mercado en nuestra aldea este año o el año próximo?»

Esta es una *pregunta de elección forzada*. Sólo permite elegir entre dos respuestas: «este año» o «el año próximo». Los entrevistados elegirán casi con certeza una de las dos, aunque su opinión sea totalmente diferente. En realidad, tal vez quieran responder «dentro de cinco años» o incluso «nunca».

«Por favor, dígame qué opina de nuestro mercado»

Esta es una fórmula que da lugar a una *respuesta abierta*. Permite contestar con libertad. Escuche atentamente, para alentar a los entrevistados a manifestar plenamente sus opiniones.

Cuando una persona haya expresado algunas ideas, podrá usted decir «Eso es interesante. ¿Puede decirme algo más?» Podrá utilizar también *preguntas directas*, ahora que la persona se siente en libertad para hablar.

Supongamos que está Ud. entrevistando a una madre acerca de su hijo enfermo. Ud. ha observado que el niño es pequeño para su edad y desea obtener más información sobre su alimentación. He aquí una muestra de preguntas y declaraciones que podrían iniciar la entrevista con la madre. Señale con una X la columna que considere apropiada: las preguntas que no deben hacerse nunca, las preguntas que pueden hacerse al comienzo de la entrevista y las que pueden formularse en un momento ulterior.

Reflexione cuidadosamente acerca de las razones que le han movido a señalar las preguntas como lo ha hecho. Hable de ello con sus colegas. Después, compare su lista con las respuestas que figuran a más adelante.

Suponga ahora que está entrevistando a un miembro de la cooperativa agrícola local. Los agricultores han tenido problemas con las mordeduras de serpiente. Prepare algunas preguntas y observaciones que podría utilizar para iniciar la entrevista.

Puede utilizar también una improvisación teatral sobre el tema, en la que un amigo o colega desempeñe el papel del agricultor entrevistado (véanse detalles sobre esta técnica en la página 152). Pida a otras personas que asistan a ella. Podrán decirle si sus observaciones y preguntas fueron adecuadas o indujeron a la otra persona a dar respuestas parciales o falsas.

He aquí las respuestas a las declaraciones y preguntas que figuran en la página 51. Debiera haber señalado con una X la primera columna en el caso de las preguntas 4, 6, 7, 11 y 12; la segunda, en el de las preguntas 2, 5, 8 y 10; y la tercera, en el de las preguntas 1, 3 y 9 (la pregunta 5 también puede incluirse en este grupo).

Preguntas	¿ Cuándo haría Ud. las preguntas o las declaraciones?		
	Nunca	Para comenzar	Más adelante
1. ¿ Come fruta su hijo?			
2. Bienvenida al dispensario.			
3. ¿ Cuántas veces al día come su hijo?			
4. ¿ No le da usted huevos a su hijo?			
5. Por favor, dígame cuáles son los alimentos favoritos de su hijo.			
6. ¿ Le da usted cereales, huevos o pan en el desayuno?			
7. ¿ No debería su hijo comer más frijoles?			
8. Hablemos de los hábitos de alimentación de su hijo para que ambos podamos aprender la mejor manera de mantenerlo sano.			
9. ¿ Hay algún alimento que su hijo rechace?			
10. Por favor, dígame si tiene algún problema para alimentar a su hijo.			
11. ¿ Cuándo come más su hijo, por la mañana o por la tarde?			
12. ¿ No sería mejor que su hijo comiera más carne?			

Utilización de registros y documentos

La información escrita puede ayudarnos a aprender muchas cosas acerca de las personas y las comunidades con las que trabajamos. La mayoría de los organismos y organizaciones llevan registros y preparan informes sobre sus actividades. Examinándolos, podremos descubrir a veces datos acerca de la naturaleza de los problemas de salud. Por ejemplo, podemos ver que ciertas enfermedades son más frecuentes en determinadas épocas del año, lo cual nos dará una idea de cuándo debemos planear medidas.

Algunos ejemplos de registros son : las fichas de los pacientes en el dispensario ; los informes anuales de los organismos ; las cifras mensuales de asistencia al dispensario y de las enfermedades comunes ; las noticias de los periódicos sobre acontecimientos importantes ; los planes redactados por escrito ; los informes de organismos sobre el uso de medicamentos y suministros ; los informes sobre ausencias de las escuelas y lugares de trabajo y ciertos libros, folletos y revistas.

Registros útiles para trabajar con individuos

Quizá trabaje usted en un centro de salud. Una madre trae a un niño que tiene diarrea (frecuentes deposiciones líquidas). La ficha del niño podrá proporcionar la información que le permita comprender y resolver el problema. Compruebe cuántas veces ha tenido diarrea el niño. Si ha acudido al centro de salud en varias ocasiones durante el pasado año, con la misma enfermedad, podría ser razonable sospechar, entre otras cosas, que el saneamiento en su hogar deja que desear. Se podría intentar averiguar si esto es cierto mediante una entrevista sobre las prácticas de higiene doméstica y una visita a la casa.

El peso registrado del niño sería otro dato útil. Un descenso repentino o la falta de aumento durante varios meses debería ser motivo de preocupación. Las razones del descenso podrían ser : una enfermedad del niño ; el final de la lactancia natural, con una dieta de destete insuficiente, una crisis financiera o una muerte en la familia. El registro del peso proporciona un indicio sobre el problema, que puede investigarse mediante una entrevista.

Los medicamentos prescritos en anteriores visitas se hacen constar también en las fichas de los pacientes. Esa información puede utilizarse para averiguar si el paciente ha tomado los medicamentos de manera apropiada, si le han sentado bien o si ha sufrido efectos secundarios. La información de esa índole sirve para planificar el futuro tratamiento. Por último, busque otros datos útiles, por ejemplo la historia personal y familiar del paciente, y las observaciones registradas por los agentes de salud que le vieron en otras ocasiones.

Registros útiles para trabajar con grupos

Los registros de escolaridad permitirán apreciar si han faltado recientemente a la escuela muchos niños y de qué clases. Si el número de ausencias es elevado o si se ha producido un cambio con respecto a la pauta normal, hay que investigarlo. El plan de estudios escolar es un documento en el que figura lo

que el Ministerio de Educación considera que debe enseñarse a los niños. Examine el plan de estudios y compárelo, mediante observaciones y entrevistas, con lo que realmente se enseña sobre salud.

Los registros de una cooperativa agrícola le darán una idea de las necesidades de los labradores. La producción de alimentos está relacionada con la nutrición y la salud. Los datos sobre los tipos de cultivos alimenticios y las cantidades producidas revelarán dónde podrían introducirse mejoras.

Los registros de la clínica pueden ayudarle también a comprender los problemas y necesidades de un grupo de agricultores. Busque en esos ficheros dolencias comunes en los agricultores, como anquilostomiasis y moderduras de serpiente.

Registros útiles para determinar las necesidades comunitarias

En el plano comunitario, en los registros del dispensario figuran las principales enfermedades notificadas por los pacientes. Estudie los registros de años anteriores para ver si las enfermedades han aumentado o disminuido. Recuerde, sin embargo, que no todo el mundo acude al dispensario. Es posible que los registros de éste no le proporcionen la historia completa de los problemas de salud de una comunidad.

Otra fuente de información son los informes anuales, folletos y demás material publicado por el gobierno y las entidades benéficas. En ella podría ver qué programas se han organizado para resolver los problemas de su comunidad.

Visite el centro de salud o el dispensario local. Entérese del tipo de registros que se llevan y qué clase de informes se envían a la sede regional o estatal. Pida que le muestren algunos informes y estúdielos, teniendo presentes las siguientes preguntas:

¿ Cuáles son los problemas de salud más comunes? ¿ Cuáles causan más enfermedades? ¿ Cuáles son los más graves y dan lugar a mayor número de defunciones y casos de discapacidad?

¿ Se dispone de cifras de asistencia al dispensario? ¿ Aumenta ésta, disminuye o permanece al mismo nivel? ¿ Cuáles podrían ser las razones?

¿ Cree usted que los registros del dispensario reflejan con exactitud las necesidades de salud de la comunidad? ¿ Hay muchas personas que no acuden al dispensario cuando están enfermas?

¿ Conocen los dirigentes comunitarios los problemas más comunes y más graves que se tratan en el dispensario? De lo contrario ¿ cómo puede Ud. ayudarles a enterarse de ellos?

Visite las escuelas locales. ¿ Qué tipo de registros llevan? ¿ Qué puede aprender de ellos?

Comprender los problemas

A menos que comprenda Ud. claramente qué factores intervienen en un problema, no podrá luchar contra él. Hay distintas causas, que deben examinarse.

¿Por qué hay problemas?

Las palabras más importantes en esta sección son por qué. La información reunida sobre la comunidad o los individuos mostrará que algunas cosas van bien pero que existen también muchos problemas. Saber simplemente que las cosas van bien o mal no basta para planificar un programa.

Es importante saber por qué un proyecto comunitario, por ejemplo, tiene éxito o por qué la gente está sana, para aprender de esa información y promover éxitos similares en el futuro. De igual modo, es necesario saber por qué hay problemas, a fin de adoptar las medidas más apropiadas para encontrar soluciones.

El capítulo 1 se preparó con objeto de ayudarle a comprender por qué hay o no hay problemas. Lea los cuatro ejemplos que figuran a continuación. Vuelva al capítulo 1 e intente explicar por qué algunas de las personas que aparecen en los ejemplos tienen problemas mientras que otras no los tienen.

En una aldea, el 50% de las madres llevan todos los meses a sus hijos al servicio de puericultura. En otra aldea, lo hace el 85%. ¿Por qué?

Un hombre ha acudido dos veces al dispensario el año pasado, con lombrices. Su vecino nunca ha tenido ese problema. ¿Por qué?

En octubre había muy poca gente con tos en una aldea. En marzo, su número se había triplicado. ¿Por qué?

En una aldea, los habitantes han construido sus propias letrinas, pozos y escuela. Una aldea cercana no tiene ninguna de esas cosas. ¿Por qué?

Hacer participar a la comunidad

No es sólo el agente de salud o el agente comunitario quien debe comprender por qué se plantean o no problemas. Deben entenderlo también los miembros de la comunidad. Las reuniones y discusiones con individuos, grupos o representantes de la comunidad son útiles para que la gente examine de cerca las causas de los problemas. De ese modo puede compartirse y analizarse la información reunida sobre la comunidad. Cuando los miembros de ésta conozcan mejor sus problemas, serán más capaces de elegir medidas acertadas para resolverlos.

La función del comportamiento

Igual que las creencias, algunos tipos de comportamiento pueden promover la salud y otros provocar enfermedades, mientras que los efectos de otros pueden ser neutros o, por lo menos, desconocidos. Esta cuestión se examinó en el capítulo 1.

Al examinar el comportamiento sanitario, lo primero es comprender por qué algunas personas actúan de ciertas formas que fomentan la salud. ¿Qué recursos, creencias, valores y personas importantes promueven un comportamiento favorable a la salud o lo hacen posible? ¿Qué actividades pueden planearse para apoyar y reforzar las prácticas saludables?

Después, es preciso examinar el comportamiento perjudicial para la salud. Si las personas han dado muestras de desear mejorar la situación, pueden utilizarse por lo menos tres procedimientos en relación con las prácticas malsanas.

- Ignorar el comportamiento perjudicial y fomentar en cambio otro comportamiento, ya existente, que es favorable a la salud.
- Modificar ligeramente el comportamiento perjudicial, a fin de eliminar algunos de sus aspectos más peligrosos.
- Sustituir las prácticas perjudiciales por otras totalmente nuevas.

Es necesario comprender la situación para decidir cuál de esos métodos será preferible. Teniendo en cuenta que el comportamiento es parte del modo de vida o la cultura de la comunidad, el mejor método puede ser fomentar las prácticas saludables ya existentes, como alternativa a las perjudiciales. Si no existen opciones apropiadas o aceptables, la segunda posibilidad sería encontrar la manera de modificar ligeramente el comportamiento perjudicial. El método más difícil de aplicar es intentar que la gente sustituya las viejas prácticas familiares por otras totalmente nuevas.

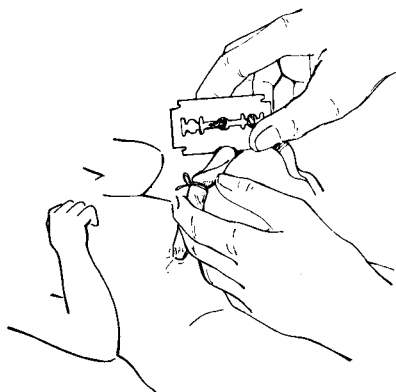
He aquí un ejemplo que demuestra que, si se comprende bien el comportamiento, pueden adoptarse medidas apropiadas.

En una aldea, las parteras tradicionales utilizaban siempre trozos de vidrio verde para cortar el cordón umbilical. Creían que el vidrio tenía ciertos poderes mágicos que protegían al niño. Por desgracia, en la aldea había también una elevada incidencia de tétanos neonatal.

En el curso de un debate, las parteras admitieron que les preocupaba el tétanos pero no sabían qué hacer. ¿Podían utilizarse otros métodos para cortar el cordón umbilical?

En aquella aldea no se utilizaba ningún otro, pero una mujer dijo que, en aldeas cercanas, algunas parteras usaban cuchillos. Una vieja partera recordó entonces al grupo que ella creía que el metal contenía espíritus malignos que podían hacer

daño al recién nacido. El cuchillo no era pues una alternativa aceptable. En ese momento, el agente de salud que asistía a la discusión comprendió que sería imposible sustituir la vieja práctica por otra nueva, por ejemplo, por el empleo de hojas de afeitar limpias, porque éstas eran de metal. ¿Tal vez podría modificarse ligeramente la práctica aplicada? Indudablemente, los afilados fragmentos de vidrio podían cortar el cordón umbilical casi tan bien como una hoja de afeitar. El problema era que un trozo de vidrio sucio podía causar el tétanos. Un cambio sencillo podía consistir en meter el vidrio en agua hirviendo, antes de usarlo, durante diez minutos por lo menos, para matar a las esporas del tétanos. Las parteras estimaron aceptable la propuesta.



La utilización de una hoja de afeitar limpia y sin estrenar para cortar el cordón umbilical del recién nacido es una práctica higiénica que las parteras tradicionales pueden adoptar si los métodos locales no son inocuos. Muchas veces se pueden modificar las prácticas tradicionales o encontrar otras soluciones que sean igualmente inocuas y más conformes con las creencias y la cultura locales.

¿Quién puede resolver problemas?

Para resolver algunos problemas bastan los esfuerzos individuales, mientras que otros requieren la asistencia o la cooperación de varias personas o de toda la comunidad. Por ejemplo, una comunidad puede sufrir los efectos perjudiciales de un deficiente saneamiento del medio. El comportamiento de los individuos y las familias contribuye a la situación, porque los desechos y las heces están por todas partes. Para resolver el problema, puede ser necesario que toda la comunidad, mediante un esfuerzo de cooperación, organice un sistema de recogida de basuras y construya letrinas. Los individuos y las familias serían entonces responsables del uso higiénico de esos servicios. He aquí otros ejemplos:

- Un individuo puede ser responsable de su higiene personal.
- La nutrición apropiada suele ser una responsabilidad de toda la familia.

- Para alquilar un tractor, es posible que un grupo de labradores tenga que compartir el costo.
- Garantizar el abastecimiento de agua potable es una responsabilidad de la comunidad.
- El gobierno nacional, por conducto del ministerio de salud, es responsable del suministro de vacunas.



A veces toda la comunidad tiene que actuar para resolver un problema. Así sucede cuando el problema está asociado a prácticas insalubres que son comunes y aceptadas en la comunidad.

¿Qué tipo de ayuda se necesita?

Piense en una enfermedad como la tuberculosis. En la comunidad puede haber algunas personas que la hayan contraído recientemente. Necesitan tratamiento. Tienen que tomar los medicamentos con regularidad. Han perdido peso, se han debilitado y tal vez se hayan quedado incluso sin trabajo. Necesitan rehabilitación para recuperar su salud y sus empleos, a fin de poder llevar de nuevo una vida normal. Muchos no están enfermos, pero deben adoptar medidas preventivas para mantenerse sanos. No se trata sólo de la inmunización, sino también de medidas de fomento de la salud, como una nutrición suficiente.

Como Ud. puede ver son necesarios distintos tipos de comportamiento según se quiera prevenir la tuberculosis, tratarla o facilitar rehabilitación. Esto es cierto en la mayoría de los problemas. Intente comprender el comportamiento

apropiado en cada fase del problema. Planee programas de educación, destinados a ayudar a las personas a adoptar el tipo de comportamiento que impedirá que caigan enfermas, les curará si ya lo están y les ayudará a llevar una vida normal si sufren algún tipo de discapacidad.

Adoptar decisiones sobre prioridades, objetivos y actividades

Para que un programa tenga éxito, debemos saber claramente qué queremos hacer y cómo vamos a hacerlo.

En las primeras secciones del presente capítulo examinamos la manera de descubrir las necesidades de los individuos, los grupos y las comunidades a los que intentamos ayudar. La gente tiene habitualmente muchas necesidades. No puede hacerse todo a la vez, por lo que debemos decidir qué problemas intentaremos resolver primero. Esto se denomina establecer prioridades.

Después de decidir cuáles son sus necesidades prioritarias, la gente puede reflexionar acerca de lo que debe hacerse para atenderlas. Deben explicar exactamente lo que desean, en otras palabras, sus objetivos.

A continuación, habiendo comprendido el problema y teniendo presentes sus objetivos, pueden examinar la mejor manera de abordarlo, es decir, las medidas que deben adoptar. Esto se llama formular una estrategia.

La gente debe decidir cuáles son sus prioridades y objetivos y qué estrategias les resultan aceptables. Para ello, necesitan ayuda profesional, pero son los miembros de la comunidad quienes han de tomar la decisión final.

Establecer prioridades

Establecer prioridades con individuos

No siempre es fácil saber qué problema conviene abordar primero. La gente tiene muchos problemas acuciantes, como los de la familia que se describe a continuación.

La Sra. Antia tiene cinco hijos. El mayor tiene ocho años y el más pequeño nueve meses. La Sra. Antia está embarazada de nuevo. La familia comparte una habitación, hecha de tablones y con el tejado de chapa, adosada a la parte trasera de la casa del padre del Sr. Antia. La Sra. Antia no se siente muy fuerte en los últimos tiempos. No ha tenido un empleo regular desde hace cuatro años.

El Sr. Antia es pescador. Su pesca no ha dado muy buenos resultados últimamente. Ahora pasa varios meses seguidos trabajando en la ciudad como jornalero. La pequeña cantidad de dinero que gana apenas llega para alimentar a su familia. En realidad, los niños tienen todos ellos un peso insuficiente y son enfermizos.

El Sr. y la Sra. Antia discuten sus problemas con un agente de salud. He aquí algunas de las necesidades que mencionan :

- Un lugar más grande para vivir.
- Más dinero.
- Un trabajo para la Sra. Antia.
- Adiestramiento para el Sr. Antia, a fin de que pueda obtener un trabajo mejor.
- Alimentos para los niños.
- Medicamentos para los niños.
- Medicamentos y reposo para la Sra. Antia.
- Una manera de evitar que la familia aumente de tamaño.
- Ropa nueva, para que los demás aldeanos respeten a la familia.
- Una radio para la Sra. Antia, a fin de que no se sienta tan sola.

A primera vista, algunas de estas necesidades parecen claramente más importantes que otras, pero no es posible fijar prioridades únicamente sobre la base de apariencias o impresiones. Debe haber razones para la elección. A continuación se formulan cuatro preguntas que pueden ayudar a la gente a comprender con mayor claridad sus problemas y a elegir más fácilmente sus prioridades. Observará Ud. que, en el curso de la discusión, las personas acabarán por darse cuenta de que muchas de sus necesidades están relacionadas entre sí. En realidad, la satisfacción de una necesidad prioritaria puede resolver también muchos otros problemas.

¿Cuál es el problema más grave?

Para la familia Antia, el problema más grave puede ser la falta de alimentos. Los niños mal alimentados estarán expuestos a sufrir muchas enfermedades que pueden convertirlos en minúsvulos para el resto de su vida.

¿Qué reportará las mayores ventajas en el futuro?

Lo importante no es sólo resolver temporalmente los problemas actuales sino lograr que el futuro sea más prometedor. Adiestrar al Sr. Antia en un oficio que le permita obtener un puesto de trabajo mejor pagado reportará ventajas actualmente y en el futuro.

¿Qué necesidades pueden atenderse con los recursos disponibles?

La familia Antia tiene poco dinero, y no es muy probable que la Sra. Antia encuentre ahora un empleo. Con los recursos de que disponen, probablemente no pueden permitirse comprar ropa nueva y una radio. Ni siquiera están a su

alcance ciertos alimentos. Pero, dentro de los límites de sus recursos, hay alimentos baratos pero nutritivos en el mercado local.

¿Cuáles son los problemas que más preocupan a las personas?

La Sra. Antia tiene grandes deseos de tener la radio, pero tanto ella como su esposo desean que éste obtenga un trabajo mejor pagado. Es más probable que la gente adopte medidas para resolver los problemas que le interesan que aquellos que les son indiferentes. Además, cuanto mayor sea el número de personas que tengan interés, más probable será que se solucione el problema.

Después de examinar juntos todas estas cuestiones, el Sr. y la Sra. Antia decidieron que sus prioridades inmediatas eran el adiestramiento del Sr. Antia para que pudiera obtener un empleo y la compra de alimentos más nutritivos dentro de los límites de su presupuesto actual.

Establecimiento de prioridades con las comunidades

En las reuniones en las que las comunidades discuten sus prioridades, deben formularse también esas cuatro preguntas. Cuanta más gente participe, más opiniones habrá que tener en cuenta. Puede tardarse más en tomar una decisión sobre las prioridades que cuando sólo intervienen una o dos personas.

Los juegos educativos pueden aclarar lo que significa el establecimiento de prioridades comunitarias. En esos juegos pueden intervenir un grupo de agentes sanitarios y comunitarios, una clase de alumnos de segunda enseñanza o incluso un grupo de dirigentes comunitarios. A continuación se presenta un ejemplo concreto de cómo pueden utilizarse para ayudar a las comunidades a seleccionar prioridades, objetivos y estrategias.

Puede elaborarse un sencillo guión, a partir del estudio de una pequeña aldea con muchos problemas. Cada participante en el juego representará el papel de un aldeano. Cada uno elegirá una ocupación y una identidad diferentes, y se le pedirá que exprese su propia opinión acerca de cuáles son las necesidades más importantes y cuál es y por qué la prioritaria para una acción inmediata. A medida que avance el juego, será evidente que, según sus antecedentes y opiniones, los participantes considerarán más beneficioso que se resuelva un problema u otro. Esto hará que se anime la discusión. Unas veinte personas son un buen número para jugar. Por supuesto, pueden crearse todos los papeles que se necesiten, según el número de personas que compongan el grupo.

En primer lugar, lea lentamente al grupo la historia de la aldea (véase más adelante). Asigne a cada persona un papel, por ejemplo, labrador, barbero, tejedor o vendedor de alimentos. Después, lea de nuevo la historia en voz alta, junto con las cuatro preguntas que figuran en las páginas 59–60. Pida a todos que reflexionen sobre ellas. A continuación, el grupo debería tener una discusión e intentar llegar a un acuerdo sobre una o dos prioridades fundamentales. No es necesario que todo el grupo trabaje conjuntamente. Puede dividirse en pequeños grupos según los intereses de los componentes.

Algunas personas pueden pasar de un grupo a otro, intentando obtener apoyo para sus ideas. Usted debe moverse alrededor del grupo y escuchar. Recuerde a los participantes las cuatro preguntas sobre la selección de prioridades (puede escribirlas en un tablón o un cartel, si los participantes saben leer). Recuérdeles también que atender las necesidades suele costar tiempo y dinero. Aliente a los jugadores a encontrar las formas menos costosas de atender sus necesidades con los recursos disponibles.

Deje que el juego continúe durante una hora. Después, ponga fin a la discusión, incluso si no se han fijado prioridades. Examine con los participantes lo que han aprendido acerca de la manera de determinar prioridades. Analice cómo podría mejorar el grupo su capacidad para el establecimiento de prioridades.

He aquí la historia de la aldea Poro, que puede utilizar en su forma original o adaptada para que la aldea se parezca más a las de la zona en que Ud. trabaja.

Poro es una pequeña aldea de 300 personas. Tiene un gran mercado, que solía atraer a los habitantes de toda la zona circundante. Por desgracia, el camino de tierra de cinco kilómetros que lleva hasta Poro se encuentra en muy mal estado. Acuden ahora menos personas, por lo que el mercado no va muy bien y los aldeanos están perdiendo dinero. Hay que reparar el camino.

La fuente de agua más cercana es un arroyo que se encuentra a dos kilómetros de distancia y que se seca en ciertas épocas del año. La principal ciudad del distrito, situada a unos 10 kilómetros, tiene abastecimiento de agua corriente. Los habitantes de Poro estiman que ellos también tienen derecho a tenerlo.

La escuela más próxima a Poro se encuentra en otra aldea, a la que se llega por un sendero que atraviesa el bosque. Algunos niños que utilizan el sendero han sido mordidos por serpientes o han sufrido lesiones al tropezar con árboles caídos. Los habitantes de Poro quieren su propia escuela.

El centro de salud más cercano se encuentra en la ciudad principal. La distancia es demasiado grande para un enfermo, y los agentes de salud que prometen visitar Poro nunca llegan. Los aldeanos quieren también un centro de salud.

Por último, como la principal ciudad del distrito tiene electricidad, la gente considera que Poro también debería tenerla. Eso ayudaría a los niños a estudiar y haría más interesante la vida por la noche.

He aquí algunos de los papeles que puede representar la gente: labrador, carpintero, panadero, tejedor, alfarero, sastre, comerciante, costurera, vendedor de alimentos, dirigente religioso, jefe (o líder político), reparador de bicicletas, albañil, herbolario, tendero, partera, ama de casa.

Establecimiento de objetivos

Si, al principio de un programa, los participantes tienen una idea clara de lo que quieren, al final del programa sabrán si han tenido éxito. Un objetivo es

precisamente lo que las personas desean ver que se ha logrado al final del programa.

Objetivos de salud

El resultado de un programa de atención primaria debe ser la mejora de la salud de la población. Por ejemplo, si el sarampión plantea un grave problema en una comunidad, el programa encaminado a resolverlo podría tener los siguientes objetivos de salud:

- Menos niños con sarampión.
- Recuperación rápida, sin discapacidad, de los que lo padezcan.
- Ninguna defunción debida al sarampión.

Objetivos educativos

Como el comportamiento de las personas influye en su salud, habrá ciertas cosas que la gente tendrá que hacer para resolver sus problemas de salud.

Esas acciones son los objetivos educativos de un programa. He aquí algunos ejemplos de los objetivos educativos de un programa contra el sarampión:

- Que las madres lleven a sus hijos para ser inmunizados.
- Que las madres cuyos hijos contraigan el sarampión acudan rápidamente al agente de salud para que reciban atención.
- Que, para evitar la ceguera, las madres mantengan a los niños que padezcan el sarampión en una habitación oscura y se cercioren de que reposan.
- Que los niños que contraigan el sarampión sean alimentados lo mejor posible para que se recuperen con mayor rapidez.

Participación en el establecimiento de objetivos

Ha de alentarse a los individuos, los grupos o las comunidades con los que trabaje a seleccionar sus propios objetivos, y orientarles sobre la manera de hacerlo. Esto es simplemente razonable, puesto que son ellos los que tienen el problema.

Cuando la gente fija sus propios objetivos, es muy probable que el comportamiento que decida adoptar en relación con la salud se ajuste a la cultura local y a los recursos disponibles. El agente de salud actúa como guía, y su función es siempre alentar a la gente a examinar y discutir la viabilidad de los objetivos; en otros términos, ver si es probable que los objetivos elegidos se alcancen.

Es posible que transcurran algunos meses hasta que puedan apreciarse los resultados de las actividades. Recuérdeselo a la gente, para que no se sienta decepcionada si las cosas no cambian tan pronto como termine la acción inicial.

Factores que contribuyen al éxito

Examinar las distintas prácticas posibles es una manera de garantizar un resultado positivo. Supongamos que un grupo de madres quiere que sus hijos sean más fuertes y sanos. Como parte de una dieta equilibrada, los niños tendrán que consumir suficientes alimentos que contengan proteínas. Hay muchas formas distintas de proteínas que pueden incluirse en la dieta normal: frijoles, carne, cacahuets, leche, semillas, queso, pollo, pescado, caracoles y ciertos insectos.

El agente de salud puede orientar a las madres en su elección haciendo preguntas como : ¿ En qué épocas del año pueden obtenerse esos distintos alimentos ? ¿ Cuánto cuestan ? ¿ Es contrario a las creencias locales que los niños coman alguno de ellos ? ¿ Pueden prepararlos fácilmente las madres ? ¿ Cuáles les gustan realmente a los niños ? Gracias a esas preguntas, podrían establecerse objetivos viables en lo que se refiere a los alimentos que las madres deberían intentar dar a sus hijos.

Probablemente haya advertido Ud. que, para que las madres alcancen sus objetivos, deben intervenir también otras personas. Tal vez los padres tengan que aportar dinero. Tal vez haya que convencer a las suegras. También intervienen los labradores : es posible que el Ministerio de Agricultura tenga que conceder préstamos y asesoramiento a los cultivadores locales que producen los alimentos. Quizá el Ministerio de Trabajo o de Desarrollo Social tenga que ayudar a las madres y padres a encontrar mejores maneras de ganar dinero para comprar comida. Los objetivos deben establecerse en los planos individual, comunitario y nacional, porque todos han de desempeñar la función que les corresponde.

Medidas necesarias para alcanzar los objetivos

Las decisiones sobre las medidas que han de adoptarse, es decir, sobre la estrategia más apropiada, se basarán en las diversas razones del comportamiento causante de los problemas de salud. Se tendrán también en cuenta otros factores, como la cultura local, los problemas económicos, etc.

En el cuadro que figura más adelante se explica esta idea. Se incluyen sugerencias de métodos educativos, que se analizarán detalladamente en el capítulo 7. Algunos de los métodos se examinan también brevemente en el presente capítulo y en los capítulos 5 y 6.

Como los problemas tienen a menudo varias causas, puede ser necesario utilizar diferentes estrategias en un programa. Conviene observar asimismo que aunque, en el cuadro, algunos métodos educativos se asocian a

determinados tipos de comportamiento, pueden utilizarse también con otros. No obstante, algunos métodos funcionan con unos tipos de problemas mejor que con otros.

Problema	Tipo de acción necesaria (estrategia)	Posibles métodos educativos
Falta de conocimientos	Información	Carteles, radio, prensa, charlas, exposiciones
Influencia de otras personas	Apoyo	Grupos de discusión, clubs, consejo familiar
Falta de aptitudes	Formación	Demostraciones, estudios de casos, juegos educativos
Falta de recursos	Desarrollo	Encuestas comunitarias, reuniones comunitarias, mancomunidad de los recursos
Conflicto de valores	Aclaración de los valores	Improvisación teatral, juegos educativos, historietas

Identificar y obtener recursos

En el primer capítulo examinamos los importantes efectos que puede tener sobre el comportamiento la existencia o la falta de recursos. Esta sección se refiere al modo de encontrar los recursos necesarios para fomentar la salud y ejecutar programas de educación sanitaria.

Recursos dentro de la comunidad

Manténgase informado sobre los recursos existentes en su propia comunidad, que puedan utilizarse para resolver los problemas de los individuos, de los grupos o de toda la aldea.

He aquí algunos ejemplos de los numerosos tipos de recursos que necesitará :

- Lugares para celebrar reuniones, debates y sesiones de adiestramiento, por ejemplo escuelas, ayuntamientos, etc.
- Es posible que algunas personas puedan dar dinero para comprar materiales.

- Ciertas personas pueden tener aptitudes que son útiles para los proyectos comunitarios, por ejemplo carpinteros, maestros, albañiles, artistas, curanderos tradicionales, tejedores y alfareros.
- Muchas personas robustas pueden contribuir con su trabajo.
- Algunas personas pueden poseer bicicletas, motocicletas y otros vehículos. Estos son útiles para transportar el material de los proyectos o llevar a los enfermos a la clínica.
- La gente puede proporcionar materiales como madera, telas y alimentos para grandes proyectos comunitarios o para ayudar a otras familias en época de crisis; quizá descubra usted que, para tratar a los enfermos, son muy útiles algunas hierbas locales; puede alentar a la gente a fabricar herramientas y equipo para sus proyectos.

Cerciórese de que sabe quién dispone de alguno de esos recursos y cómo pueden obtenerse. La anterior enumeración permite apreciar que los propios miembros de la comunidad son el recurso más importante para resolver problemas.

Recursos fuera de la comunidad

Es preferible resolver los problemas con recursos procedentes de la propia comunidad. A veces, sin embargo, el proyecto puede ser excesivamente amplio para los recursos disponibles. Por otra parte, el problema también puede ser difícil de resolver. En esos casos, es necesario buscar en el exterior. He aquí algunos recursos que puede encontrar fuera de su comunidad:

- Algunos organismos y ministerios facilitan fondos y apoyo técnico para proyectos comunitarios o para personas o familias necesitadas.
- Las personas con ciertas dotes, como la de descubrir agua subterránea para los pozos, pueden proceder del exterior.
- Es posible que tengan que obtenerse también en el exterior materiales como el cemento; en cuanto al material educativo, por ejemplo las películas y los carteles, pueden solicitarse a diversos organismos; las vacunas, medicamentos y equipo médico se reciben del exterior; muchos tipos de maquinaria y equipo son vendidos, prestados o donados por organismos exteriores.

Recursos apropiados

Hemos dicho que es preferible encontrar los recursos en la comunidad. Por una parte, se ahorra dinero. Pero aún es más importante que la gente se sienta



Utilice recursos locales para resolver los problemas. Los carpinteros de esta comunidad han participado haciendo muletas para los niños discapacitados.

orgullosa de bastarse a sí misma. Ese orgullo la alentará a intentar resolver más problemas mediante sus propios esfuerzos.

Tal vez no sea necesario comprar fuera el cemento para construir incineradores, por ejemplo. El barro, la arcilla, los ladrillos y la piedra son materiales de construcción apropiados que se encuentran localmente.

Un tractor puede parecer una solución maravillosa para los problemas de los labradores. Sin embargo, después de algún tiempo, estos pueden sentirse decepcionados al ver lo que cuesta la gasolina y lo difícil que resulta reparar el tractor cuando se avería. Mejorar el diseño de los arados locales o utilizar caballos, mulas, bueyes o búfalos puede ser más apropiado y dar mejor resultado a largo plazo.

Vincular a las personas con los recursos

Una vez que se han encontrado recursos que contribuirán a resolver el problema de la persona, el grupo o la comunidad, todavía es necesario poner a las personas en contacto con los recursos. Para ello es muy importante tener buenas relaciones con la gente y dotes para la comunicación. Sólo así se podrá poner en contacto a las personas que necesitan ayuda con las que poseen los recursos.



Esta mujer está recogiendo hojas y hierbas especiales que pueden utilizarse para preparar un medicamento. A menudo las plantas constituyen un valioso recurso local.

Cuando nos referimos a la participación, dijimos que era un error hacer para la gente trabajos que ésta puede hacer por sí misma. Esto es también cierto en el caso de los recursos. No obtenga recursos para nadie que pueda obtenerlos por sí mismo. Si lo hace en su lugar, es posible que la próxima vez que necesiten algo no logren conseguir ayuda. Eso es lo que le ocurrió al Sr. Neb, un agente comunitario.

El Sr. Neb estaba charlando un día con los miembros de una cooperativa agrícola de su distrito. Los labradores dijeron que necesitaban dinero para comprar semillas y abonos. El Sr. Neb prometió ayudarles. Fue al Ministerio de Agricultura y localizó el servicio que hacía préstamos a los agricultores. Se procuró los formularios y se los llevó al distrito. Después de hacer algunas preguntas a los agricultores, llenó los formularios en su lugar. Los llevó de nuevo al Ministerio y consiguió el dinero.

Meses después, ese mismo año, el Sr. Neb fue trasladado a otro distrito. Cuando llegó el momento de reembolsar el préstamo, los labradores no sabían qué hacer. El único que estaba informado acerca de las gestiones en el Ministerio era el Sr. Neb. Por último, un funcionario del Ministerio, muy enfadado, vino a cobrar el dinero. Los labradores se lo dieron pero no se atrevieron a harcele más preguntas sobre los préstamos, al ver su irritación. Cuando llegó la época de la siembra, los labradores no sabían cómo podían obtener un préstamo.

A veces, los problemas se complican cuando un agente de salud intenta conseguir para alguien un recurso que el interesado podía haber obtenido por sí mismo. Eso es lo que le ocurrió a la Sra. Sandos.

La Sra. Sandos, una partera comunitaria, se enteró de que los habitantes de su comunidad necesitaban un pozo de agua potable. Se ofreció a ir a la capital de la provincia para pedir ayuda al Ministerio de Obras Públicas. Un funcionario del Ministerio le dio los planos para un pozo. Prometió también ayudar con los gastos y los suministros, si los aldeanos excavaban el pozo exactamente de acuerdo con los planos.

Los aldeanos se pusieron muy contentos cuando la Sra. Sandos les informó de lo ocurrido y comenzaron a excavar el pozo inmediatamente. Antes de llegar a la mitad de la profundidad requerida por los planos, encontraron agua. Aunque lo intentaron, no pudieron hacer el pozo más profundo. Cuando la Sra. Sandos volvió al Ministerio, el funcionario le dijo que no facilitaría ninguna ayuda, porque el pozo no se había excavado de acuerdo con los planos. La Sra. Sandos intentó explicar el problema, pero el funcionario no le hizo caso. A la Sra. Sandos le daba apuro volver con las malas noticias y, cuando lo hizo, los aldeanos la acusaron de mentir. Dejaron de interesarse por el proyecto y siguen aún sin tener un pozo seguro.

Reflexione sobre estas dos historias. ¿Qué habrían podido hacer los dos agentes de salud para establecer un mejor contacto entre la aldea y los recursos?

En realidad, hay varias cosas que puede Ud. hacer para ayudar a los individuos, los grupos y las comunidades enteras a aprender a entrar en contacto con los recursos. En primer lugar, debe proporcionarles información general, que les ayude a establecer un contacto eficaz. Esa información debe incluir:

- Los nombres de los organismos, organizaciones e individuos que disponen de recursos.
- La descripción del tipo de recursos que facilitan.
- La ubicación del organismo pertinente.
- Los requisitos especiales que pueda exigir el organismo antes de facilitar los recursos.

Seleccionar los mejores recursos

Examinar las ventajas e inconvenientes de cada recurso y cuál es preferible, teniendo en cuenta la cultura y las necesidades de la comunidad. Deben adoptar la decisión los interesados. No les obligue a aceptar una idea.

Visita de exploración

La comunidad obtendrá mayor información sobre los recursos visitando el organismo que disponga de ellos. Aunque puede usted proporcionar cierta información general, es mejor que la gente se informe directamente acerca de los recursos que ofrece el organismo.

No debe efectuar usted solo la visita. Si los aldeanos no tienen bastante confianza en sí mismos para ir sin que les acompañe, puede ir con ellos la primera vez. Pero deben aprender rápidamente a ir ellos solos. Si trabaja usted con un grupo, éste puede enviar algunos representantes. Puede usted presentarlos, pero debe alentarlos a hablar por sí mismos. La persona o el



Para resolver un problema pueden utilizarse muchos recursos diferentes. Por ejemplo, esta agente de salud puede escoger entre muchos medicamentos para reponer el botiquín comunitario. El farmacéutico le ayudará a escoger los más apropiados para su comunidad.

grupo que hizo la visita informará a los demás de lo ocurrido, favoreciendo así nuevas discusiones.

Obtener los recursos

Los interesados deben decidir por sí mismos si desean aceptar o no los recursos. Deben tomar también todas las disposiciones directamente con el organismo. Puede usted acompañarlos para asegurarse de que entienden lo que ocurre y de que nadie se aprovecha indebidamente de ellos. Si el organismo espera que hagan algo a cambio, deben saberlo de antemano.

Fomentar el aprendizaje

En cada fase del proceso de vinculación, explique detenidamente a la gente lo que está ocurriendo. Cerciérese de que más de un miembro del grupo o de la comunidad sabe cómo se establece el contacto con los recursos. De ese modo, en caso de enfermedad o viaje, habrá siempre alguien que sepa lo que hay que hacer.

Mantener la colaboración

Las comunidades pueden beneficiarse de los recursos de muchos organismos diferentes (de educación, agricultura, desarrollo social, información, obras

públicas) y de una multiplicidad de organizaciones de carácter benéfico o con objetivos especiales. Ayude a la comunidad a establecer vínculos dinámicos con esos diversos organismos.

Recursos para la educación sanitaria

En esta sección nos hemos referido a los recursos necesarios para alcanzar los objetivos concretos de los programas: por ejemplo, cemento para un pozo, o trabajo voluntario para construir una sala de reunión comunitaria. Hemos de recordar también que se necesitan recursos especiales para comunicar el mensaje sanitario que alentará a la gente a iniciar el programa. Todos los aspectos que hemos examinado en relación con los recursos para los programas en general (tipos, disponibilidad y adecuación) se aplican también a los recursos para la educación y las comunicaciones.

Medios locales de comunicación

Cuando reúna información acerca de la comunidad, debe tratar de buscar los medios de comunicación locales y tradicionales. Estos pueden ser refranes, historietas y fábulas utilizados por las personas de edad para transmitir los valores tradicionales a los jóvenes. Tal vez los dirigentes locales utilicen pregoneros o campanilleros para anunciar acontecimientos próximos. Las canciones u obras de teatro tradicionales pueden transmitir ideas y valores importantes. Es posible que alguien tenga una imprenta y pueda hacer carteles para informar al público. Puede haber también un fotógrafo en la vecindad.

Examine cuáles de éstos y otros medios de comunicación existen en su comunidad. Utilice los que apoyen mejor sus actividades de educación sanitaria. Al recurrir a los medios de comunicación disponibles en el plano local, hará participar a la comunidad en el programa. Pídales su opinión sobre los refranes, canciones o historias tradicionales más apropiados para transmitir el mensaje sanitario. Haga intervenir a los dirigentes locales, a fin de que estén dispuestos a utilizar a sus pregoneros para anunciar los acontecimientos sanitarios importantes y llamar a la comunidad a participar en ellos. Los artistas, impresores y fotógrafos locales pueden participar en el diseño y la producción de material didáctico.

Recursos exteriores

Identifique también los recursos existentes en materia de comunicación fuera de la comunidad. Entre ellos pueden figurar medios de información como los periódicos y la radio. Los ministerios de salud y de información suelen tener películas, carteles y furgonetas con altavoces que pueden prestar para los programas locales de educación sanitaria. Entérese de quién tiene acceso en la comunidad a periódicos, radios y otras fuentes de información. Puede alentarse a esas personas a compartir la información sanitaria que reciben. Un maestro local que esté suscrito a un periódico puede guardar los artículos relacionados con la salud y utilizarlos para enseñar a sus alumnos e informar a los padres. Un

miembro de la comunidad que posea un aparato de radio puede invitar a sus vecinos a escucharla cuando se transmitan programas sanitarios.

Usted, como agente local de salud, debe estar al corriente de esos artículos periodísticos y programas radiofónicos a fin de poder aconsejar a los miembros de la comunidad que los lean y escuchen y a que utilicen la información obtenida. Esto implica la vinculación con los recursos. Entre en contacto con la emisora de radio o televisión y solicite sus programas. Cuando se transmitan programas de salud, aliente a los miembros de la comunidad a escucharlos. Puede animarles incluso a reunirse para escucharlos en grupo, a fin de que, después del programa, pueda haber una discusión que le permita asegurarse de que todo el mundo ha comprendido las ideas expuestas.

Póngase en contacto con los ministerios de salud y de información. Averigüe de qué recursos disponen y las condiciones de préstamo de materiales como películas. Lea el capítulo 7 para obtener más datos sobre los diferentes medios educativos y los recursos en materia de comunicación.

Promover la acción y el seguimiento

Si ha seguido las etapas descritas hasta el momento, debe tener ya una base sólida para su labor de educación sanitaria. Conoce usted los problemas, las prioridades, los objetivos, los recursos. Ahora, todo ello ha de combinarse en un plan de acción específico, que muestre lo que ha de hacerse, quién debe hacerlo y cuándo. En otros términos, tiene Ud. que preparar un calendario.

Preparar un calendario

Supongamos que su comunidad estima que su problema de salud más importante es la falta de un abastecimiento cómodo de agua potable. El calendario que figura en la página 73 es un ejemplo de cómo debe presentarse la sucesión de tareas y responsabilidades. Al establecer fechas límite para las diversas tareas, recuerde que hay que ser realista. La gente necesita tiempo para organizarse y también lleva tiempo encontrar recursos. La gente se sentirá decepcionada si establece un calendario demasiado acelerado para la terminación efectiva de las tareas asignadas. El calendario también resulta útil para comprobar si el programa progresa de acuerdo con lo previsto.

El calendario puede exponerse en el ayuntamiento o en otro lugar en el que la gente lo vea.

El calendario que se reproduce en la página 73 se estableció para un programa comunitario de mejora del abastecimiento de agua. Puede adaptarlo, así como las actividades, a sus propios proyectos comunitarios.

Puede prepararse incluso un calendario para un individuo; será menos complicado que para una comunidad. Un ejemplo es el caso de la madre cuyo

hijo tiene un peso insuficiente. Puede usted preparar con ella un calendario en el que figuren los alimentos que podrían prepararse cada día para el niño. Puede tener la forma de una serie semanal de menús. En el mismo calendario, se anotarían también las visitas al dispensario con fines de seguimiento.

Si la madre no sabe leer, no podrá prepararle un calendario por escrito, pero podrá discutirlo con ella para ayudarla a recordarlo. También es posible que tenga un hijo o un pariente que sepa leer. En ese caso puede entregarse por escrito el calendario, que alguien podría leer a la madre.

Asignar tareas

Cuando un programa afecta a más de una persona, es importante conseguir que participe el mayor número posible.

Una columna del calendario lleva como cabecera «Responsables». Utilizamos términos generales como «dirigentes», «voluntarios» y «miembros de la comunidad». En un calendario real se harán constar los nombres de las personas que hayan aceptado hacerse responsables de una tarea.

Por ejemplo, en el caso del proyecto de abastecimiento público de agua ¿quién formará parte del comité encargado de recabar fondos? ¿Quién conseguirá el cemento? ¿Quién buscará las palas? ¿Quiénes serán los trabajadores voluntarios? ¿Quién se encargará de dirigirlos?

Medidas de aplicación

Se trata de las medidas siguientes:

- Establecer una fecha concreta para iniciar la actividad principal.
- Cerciorarse de que cada persona sabe cuáles son sus obligaciones. ¿Pueden decir de memoria qué deben hacer y cuándo?
- Mantenerse en contacto con la gente; alentarla, responder a sus preguntas, ayudarla a resolver problemas.
- Celebrar regularmente reuniones para examinar los progresos realizados: en ellas, cada responsable podrá informar sobre lo que haya hecho; a continuación, el grupo podrá comparar cada informe con el calendario para ver si los trabajos avanzan de acuerdo con lo previsto.
- Si hay algún retraso, el grupo deberá examinar inmediatamente el problema: ¿Puede resolverse enseguida? ¿Qué se necesita? ¿Más materiales? ¿Más voluntarios? ¿Más tiempo? ¿Más fondos?

Recuerde que es preferible corregir las diferencias al principio, antes de que malogren el programa.

Modelo de calendario para el establecimiento de un sistema de abastecimiento público de agua

Tareas	Terminación	Responsables
1. Los dirigentes comunitarios examinan el problema de las enfermedades transmitidas por el agua	primera semana	agentes de salud comunitarios
2. Los dirigentes reciben adiestramiento sobre causas y prevención	tercera semana	agentes de salud comunitarios
3. Se inician actividades de información del público, a través de los medios de información locales y de visitas a los hogares	cuarta semana	dirigentes, agentes de salud comunitarios, maestros
4. Todos los enfermos acuden a recibir tratamiento	quinta semana	dirigentes, agentes de salud comunitarios, particulares
5. La gente empieza a hervir y filtrar el agua	sexta semana	dirigentes (uno por ciudad/aldea/sección)
6. Se recaban fondos para la construcción de pozos	12ª semana	comité encargado de recabar fondos, dirigentes
7. Se reúnen trabajadores voluntarios	12ª semana	dirigentes
8. Se seleccionan las ubicaciones de los pozos	12ª semana	dirigentes y miembros de la comunidad
9. Se obtienen materiales	15ª semana	comité encargado de los materiales
10. Se inicia la construcción	15ª semana	trabajadores voluntarios, agentes de salud comunitarios
11. Se elige un comité de conservación para cada pozo	15ª semana	dirigentes
12. Los miembros del Comité de conservación reciben adiestramiento en mantenimiento de pozos	16ª semana	agente de salud

13. Se terminan los pozos	20ª semana	trabajadores voluntarios
14. Los miembros de la comunidad sólo utilizan el agua de los pozos; los mantienen de forma higiénica.	A partir de la 20ª semana	dirigentes y miembros de la comunidad.

Seleccionar métodos apropiados

No basta con decidir qué ha de hacerse, quién ha de hacerlo y cuándo, también hay que decidir cómo se hará.

En el capítulo 1, se examinaron algunas de las razones del comportamiento de la gente. Una vez que un agente de salud comprende las razones del comportamiento causante de un problema de salud, puede utilizar muchos métodos diferentes para favorecer la modificación de ese comportamiento. Al elegir el método, hay que tener en cuenta algunos aspectos importantes. Sobre todo, el método debe convenir a la situación y al problema; debe pues seleccionarse cuidadosamente.

Hay muchos métodos, porque hay muchas maneras de resolver cada problema. Antes de elegir un método, la persona dedicada a la educación sanitaria debe entender el problema de que se trate. Por ejemplo, un médico puede elegir muchos métodos para resolver los problemas médicos. Si descubre que un paciente tiene una úlcera de estómago, el médico intentará comprender el problema y elegir el método más adecuado para abordarlo. Si la úlcera no es demasiado grave, el método elegido puede ser la dieta; el problema podría superarse controlando lo que come la persona, cuándo y en qué cantidad. Si la úlcera es algo más grave, quizá se administran medicamentos. En un caso aún más grave, es posible que el médico decida operar. Es probable que se utilicen juntos dos o más métodos.

Las personas dedicadas a la educación sanitaria deben adoptar decisiones sobre los métodos que han de utilizarse para resolver los problemas relacionados con el comportamiento en la esfera de la salud. Antes de elegir métodos de educación sanitaria, deben tenerse en cuenta seis puntos:

- ¿En qué medida está la gente dispuesta a cambiar y es capaz de hacerlo?
- ¿De cuántas personas se trata?
- ¿Está el método adaptado a la cultura local?
- ¿De qué recursos se dispone?

- ¿Qué combinación de métodos se necesita ?
- ¿Qué métodos se ajustan a las características (edad, sexo, religión, etc.) del grupo de que se trata ?

¿En qué medida está la gente dispuesta a cambiar y es capaz de hacerlo ?

Recuerde la historia en el capítulo 1, sobre las tres mujeres a las que se pidió que compraran zapatos a sus hijos. En una charla, la partera les facilitó información, ideas y sugerencias. Después, no todas las madres decidieron comprar zapatos.

Una madre estaba dispuesta a cambiar. No había problemas importantes que se lo impidieran. Aceptó las ideas que había oído en la charla y actuó de acuerdo con las sugerencias de la partera. Cuando la gente está dispuesta a cambiar, algunos de los métodos didácticos que pueden utilizarse son los carteles, la radio, las canciones, las obras de teatro, las historietas, las exposiciones y las fotografías.

La segunda madre tenía interés en cambiar ; le gustó lo que dijo la partera, pero no sabía si su familia disponía del dinero necesario para comprar zapatos. Tampoco estaba segura de que la abuela estuviera de acuerdo. Indudablemente, la charla proporcionó a esa mujer ideas útiles para ayudar a sus hijos, pero no la ayudó a organizar la economía familiar.

Otro método que podría haberla ayudado hubiera sido una conversación con los miembros de la familia sobre el dinero que ganaban, el que gastaban y en qué lo gastaban. Después, mediante una demostración o lección, podría haberse enseñado a la familia a administrar mejor su dinero para poder comprar zapatos al niño. Poner al padre en contacto con la cooperativa agrícola local o con el agente de extensión agrícola podría haberle ayudado a encontrar la manera de ganar más dinero. En ese momento, si el dinero no planteaba ya un problema importante, una conversación con la abuela sobre el cariño que tenía a su nieto podría haber servido para granjearse su apoyo.

En el caso de la tercera mujer, el contacto era más difícil. Estaba tan preocupada por sus problemas que casi no lograba interesarse por lo que decía la partera. También carecía de dinero y recursos. Para influir en esa mujer, la partera habría tenido que utilizar métodos que dieran lugar a un contacto personal : eran necesarios consejos y visitas a su hogar, que le habrían demostrado que la partera se interesaba por su situación y habrían ayudado a la partera a conocer mejor sus problemas. Cuanto más hubiera logrado saber la partera, más habría podido ayudarla.

Para esa mujer hubiera sido útil pertenecer a un grupo o club donde las personas que tienen problemas similares pueden darse recíprocamente apoyo y

aliento. Quizá el contacto con otros organismos comunitarios le habría proporcionado los recursos necesarios para poderse ocupar de su hijo. También se la habría podido ayudar adiestrándola en algún oficio que le permitiera ganar más dinero para ocuparse del niño.

¿De cuántas personas se trata?

Algunos métodos están concebidos para hacer llegar un mensaje educativo o una idea a un gran número de personas (por ejemplo, un grupo, un barrio o una ciudad). Esos métodos implican la utilización de medios como carteles, conferencias, exposiciones, obras de teatro, improvisaciones teatrales, marionetas, periódicos, radio, películas y pregoneros.

Comunicar rápidamente buenas ideas a un gran número de personas resulta muy útil en la educación sanitaria. Crea una conciencia del problema o la idea. Si el mensaje está bien concebido, contribuirá a preparar a la gente a participar en la acción deseada. Sin embargo, suelen ser necesarios otros métodos complementarios, que reafirmen la impresión inicial causada mediante los medios de información. La simple transmisión de mensajes sanitarios no suele bastar para modificar el comportamiento en el terreno de la salud de un gran número de personas.

A fin de que los métodos utilizados con los grandes grupos resulten más útiles para la educación sanitaria, tiene que haber un intercambio de opiniones e ideas entre los agentes de salud o comunitarios que aplican los métodos y la gente que ve o escucha los mensajes de salud. Ese intercambio de opiniones e ideas se denomina «interacción».

Probablemente no trabaje usted solo. Comparta la responsabilidad de la interacción con la comunidad con otros agentes de salud, en particular, con los agentes de salud comunitarios y el personal de otros organismos de la comunidad.

He aquí algunas sugerencias para intensificar esa interacción:

- Después de una película o charla, divida al público en pequeños grupos de discusión.
- Cuando coloque carteles en la comunidad visite los hogares y discuta con las familias las ideas reflejadas en los carteles.
- Después de una obra de teatro, pida a los actores que se mezclen con el público para hablar con la gente.
- Organice pequeños grupos para oír la radio y discutir en diversos lugares de la comunidad.

- Trabaje con el consejo comunitario existente o, si no lo hay, organice un comité sanitario (véase las páginas 180–183).

Para actividades como practicar nuevos métodos, hablar de sentimientos y valores personales o de cuestiones económicas y compartir experiencias difíciles son preferibles las situaciones en las que sólo intervienen dos personas o pequeños grupos (idealmente, compuestos por diez participantes como máximo).

Los métodos adecuados para los pequeños grupos son las historietas, las demostraciones, las improvisaciones teatrales, los estudios de casos prácticos, las discusiones, los juegos educativos y otros que se examinarán en el capítulo 5.

Con grupos de hasta 25 personas pueden utilizarse elementos didácticos auxiliares como proyectores y rotafolios, aunque también aquí debe recordarse que, cuando intervengan demasiadas personas, la interacción y el contacto personal entre el agente de salud y los miembros del grupo serán menores.



La improvisación teatral puede ayudar a los individuos y a pequeños grupos a comprender sus problemas y a buscar soluciones para los mismos. Algunos miembros del grupo escenifican una situación y los demás observan, hacen comentarios y formulan sugerencias.

Tenga en cuenta que los carteles, la radio y demás medios destinados a los grandes grupos pueden utilizarse también con un pequeño número de personas.

¿Está el método adaptado a la cultura local?

En el capítulo 1 describimos la cultura como el modo de vida de los miembros de una comunidad. La cultura determinará qué métodos educativos resultarán

aceptables y comprensibles para la gente. Determinará también los métodos a los que la gente responderá adoptando un comportamiento más sano.

Por ejemplo, el método de la improvisación teatral requiere que las personas hablen libremente ante otras. En una cultura, a la gente puede gustarle actuar y hablar libremente. En otra, puede preferir permanecer silenciosa y tener cuidado con lo que dice o hace. Las improvisaciones funcionarían bien en la primera cultura. En la segunda también pueden funcionar, pero sólo cuando los miembros del grupo se conozcan y se tengan recíprocamente confianza.

Para tomar otro ejemplo, las fotografías tienen significados diferentes en las distintas culturas. Si trabaja en una comunidad cuyos miembros son en su mayoría analfabetos, pueden no estar acostumbrados a ver las fotografías como fuente de noticias o información, porque tienen escasa experiencia de libros y periódicos. Si está llevando a cabo un programa de lactancia natural en una comunidad de ese tipo y enseña a las mujeres la foto de una madre que da el pecho a su hijo, en un primer momento pueden creer que se trata de su madre o su hermana. No se darán cuenta de que sirve para ayudarles a aprender. La proyección de películas puede plantear problemas análogos. Hay que cerciorarse de que la gente comprende por qué se les enseñan fotografías o una película.

Las improvisaciones teatrales y el uso de fotografías y películas son ejemplos de métodos que no funcionarán a menos que estén adaptados a la cultura de la comunidad. En el capítulo 7 se indican formas de adaptar los métodos a la cultura. Pero no tenemos que preocuparnos de ello si utilizamos algunos de los medios que la gente emplea para comunicar ideas y compartir conocimientos y aptitudes. Estos son los refranes, los pregoneros, las obras de teatro etc. Esas formas de comunicación natural deben formar parte de todo programa de educación.



En lugar de limitarse a hablar sobre la higiene, esta agente está enseñando a las madres a bañar a sus hijos.

Las demostraciones prácticas son una buena manera de enseñar métodos. En una demostración bien realizada, se dará a la gente la posibilidad de practicar nuevos métodos.

¿Qué recursos se necesitan?

Tenga en cuenta los recursos necesarios. Para algunos métodos, solo hace falta usted y la gente que le rodea: se trata de las historietas y canciones, las improvisaciones teatrales, las discusiones de grupo y las reuniones comunitarias.

Otros métodos requieren materiales o elementos didácticos auxiliares, como carteles, flanelógrafos, demostraciones, modelos, marionetas, periódicos y rotafolios.

Hay también métodos que utilizan máquinas: magnetófonos, proyectores cinematográficos o de diapositivas, etc. Habitualmente las máquinas necesitan electricidad, y las máquinas y los materiales cuestan dinero. Trate de buscar métodos que sean baratos y al mismo tiempo eficaces.

Incluso si consigue que le presten películas, proyectores y un generador, quizá las películas procedan de un país cuya cultura no comprendan los habitantes de su comunidad. Es posible que ni siquiera la lengua sea la misma. En ese caso, sería más prudente representar una obra de teatro. Para ello sólo se necesita gente y unos pocos materiales. Puede usarse la lengua local, y los miembros de la comunidad tienen la posibilidad de participar. No son necesarias máquinas costosas.

Piense en otras maneras de utilizar los recursos locales para fabricar o facilitar elementos didácticos auxiliares.

¿Qué combinación de métodos se necesita?

Elija una combinación de métodos. Son importantes tanto la variedad como la repetición. Utilizando diversos métodos hará más interesante su programa. Si repite las ideas de distintas maneras, es más probable que la gente las recuerde.

Si, por ejemplo, está contando una historieta, puede ser interesante mostrar dibujos o carteles relacionados con ella. Después de contarla, puede pedir a algunos de los oyentes que hagan una improvisación, representando la historia para que todos la vean.

Una charla sobre salud debe ser algo más que una charla. Por supuesto, usted hablará, pero debe mostrar también carteles. Debe haber un debate de grupo.

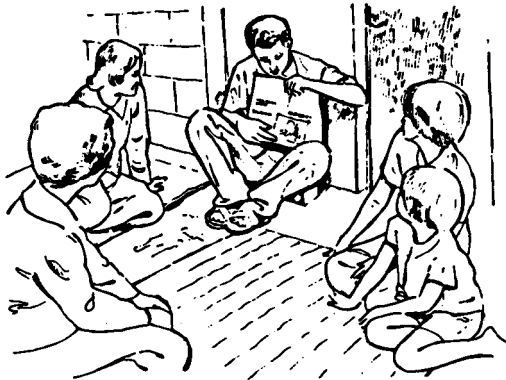
Las demostraciones y la práctica ayudarán también a la gente a sacar mayor provecho de la charla.

Una reunión comunitaria puede resultar más animada si se representa también una obra de teatro breve. Ayudará a la gente a comprender con mayor claridad las cuestiones. Podría agregarse también una exposición. Los asistentes podrían verla y recibir cierta información sobre el tema antes del comienzo de la reunión.

¿Qué métodos se adaptan mejor al grupo?

Conocerá a personas y grupos distintos. Algunos serán viejos, otros jóvenes. Algunos compuestos de mujeres, otros sólo de hombres y algunos mixtos. Seleccione y adapte sus métodos de acuerdo con el tipo de público.

La fábulas que ponen en escena animales pueden ser más adecuadas para los niños que para los adultos. Las conferencias pueden estar más indicadas para las personas instruidas que para las que nunca han ido a la escuela. Si la gente pertenece a una sola religión, seleccione proverbios procedentes de las escrituras y libros de esa religión.



Es importante elegir el método o los métodos más apropiados para el grupo de que se trate. También es importante usar una combinación de métodos que ayude a la gente a comprender mejor y a recordar.

Evaluar los resultados

Si ha dedicado tiempo y esfuerzo a un proyecto, querrá saber si ha tenido éxito. Al evaluar los resultados, no basta con decir «tuvimos mucho éxito», «tuvimos un cierto éxito» o «fracasamos». En la medida de lo posible, se necesita una medida precisa del grado de éxito.

Comprobar los progresos realizados

Mediante observaciones, entrevistas y registros se obtendrá información que permitirá evaluar el programa. Consulte las páginas 71 y 73, en las que se muestra cómo un calendario puede ayudar a una comunidad a medir los progresos a medida que avanza el programa de abastecimiento público de agua. Para dar un ejemplo, se ha previsto que, en la 12ª semana, se habrán obtenido los fondos para un proyecto de abastecimiento público de agua. Si, en ese momento, no se ha reunido bastante dinero, hay algo que falla. El grupo de planificación debe examinar lo ocurrido para encontrar la causa. Quizá los dirigentes comunitarios no estaban bien informados de la manera de organizar el copio de fondos. Quizá era una mala época del año para que la gente diera dinero, porque aún no se había recogido la cosecha.

Si el plan era excavar cuatro pozos en seis meses pero la 17ª o 18ª semana sólo se ha comenzado uno, el grupo debería intentar descubrir inmediatamente por qué. Quizá sean necesarios más materiales de lo que se previó en un principio. Quizá algunos de los trabajadores no hayan comprendido las instrucciones.

Los problemas deben resolverse tan pronto como se descubren.

Resultados finales

Al terminar las actividades de educación, debe Ud. ser capaz de medir su éxito contando el número de personas cuyo comportamiento esté de acuerdo con los objetivos originales: ¿Son más que antes de comenzar el programa?

Utilice la observación para comprobar los resultados. Si se trata de pozos comunitarios, por ejemplo, ¿hay indicaciones de que se mantienen higiénicamente? ¿Los mantiene tapados la gente? ¿Usan cubos limpios para ir a buscar el agua? ¿La guardan en sus casas en recipientes limpios y tapados? ¿Sigue yendo la gente al río a buscar agua?

Si la gente utiliza los pozos higiénicamente y almacena el agua en su casa de manera adecuada, se han alcanzado los objetivos educativos del programa.

En cuanto a los objetivos de salud, debería haber una disminución de las enfermedades transmitidas por el agua. Según el tipo de enfermedad es posible que transcurran varios meses antes de poder apreciar los resultados. Si no hay una reducción de la enfermedad, analice el agua del pozo y busque otras fuentes de contaminación. Si las enfermedades transmitidas por el agua están realmente disminuyendo, el programa ha tenido éxito.

Aprender de la evaluación

Al final del programa puede celebrarse una última reunión para examinar hasta qué punto ha tenido éxito. Debe darse respuesta a dos preguntas principales:

1. ¿Se desarrollaron las actividades de acuerdo con lo previsto?
 - ¿Participó la gente?
 - ¿Se consiguieron a tiempo los recursos?
 - ¿Aprendió la gente nuevos métodos y lecciones gracias al programa?
2. ¿Se eliminó o se redujo el problema? En el caso de la esquistosomiasis:
 - ¿Tiene ahora acceso la gente a un abastecimiento de agua potable?
 - ¿Se eliminan las heces y la orina de manera higiénica?
 - ¿Hay menos personas enfermas que antes del comienzo del programa?

El análisis de estos aspectos ayudará a la gente a evaluar sus programas y aprender de ellos. Podemos obtener la respuesta a estas preguntas de la misma manera que la información sobre la comunidad, al comenzar la planificación: mediante observaciones, entrevistas y registros. Compare la información recogida antes de comenzar el programa con la reunida después de su terminación.

Incluso si el programa no funcionó como se deseaba, debe celebrarse una reunión para averiguar por qué. Un examen del calendario permitirá ver si cada persona cumplió sus obligaciones. Preguntas como las siguientes pueden ser útiles:

¿Hubo dificultades que no se señalaron al comienzo del programa? ¿Hubo otros acontecimientos en la comunidad que preocuparon a la gente o la distrajeron de la participación en las actividades? ¿Hubo desacuerdos entre los miembros de la comunidad que les impidieron trabajar juntos? ¿Era poco realista el plazo fijado para el programa? ¿Eran las actividades elegidas inapropiadas para la cultura local?

Una vez identificado el origen de la dificultad, el grupo puede decidir si desea intentarlo de nuevo. Es posible aprender de los errores tanto como de los éxitos. Es un indicio esperanzador que la gente pueda examinar con calma y madurez la causa de un problema. En esos momentos, el agente de salud puede proporcionar un apoyo y un aliento muy necesarios. Con sus nuevos conocimientos sobre el problema, el grupo podrá preparar un programa mejor en el futuro.

Analizar el proceso de planificación

Hemos visto las diversas etapas que comprende la planificación de las actividades de educación sanitaria en la atención primaria de salud. Habrá advertido Ud. que, en cada etapa, el agente de salud utiliza métodos de educación sanitaria para facilitar y reforzar la participación de la comunidad en el desarrollo de la salud. Gracias a esa participación, se puede velar por que la tecnología utilizada sea apropiada.

Usar tecnología apropiada

La tecnología apropiada es un factor importante para el éxito de la atención primaria de salud. La palabra «tecnología», tal como se utiliza aquí, significa un conjunto de métodos, técnicas y equipo que, junto con las personas que los utilizan, puede contribuir significativamente a resolver un problema de salud.

«Apropiada» significa que, además de ser científicamente correcta, la tecnología es también aceptable para los que la aplican y para sus beneficiarios. Esto quiere decir que debe estar conforme con la cultura local. Debe poderse adaptar y desarrollar, si es necesario.

Además, la tecnología debe ser fácil de comprender y de aplicar por los agentes de salud comunitarios e incluso por los miembros de la comunidad; aunque, en distintas etapas de desarrollo, son apropiadas formas de tecnología diferentes, la sencillez siempre es conveniente. El método más eficaz para cerciorarse de que se dispone de la tecnología apropiada es abordar el problema y entonces buscar o, si es necesario, desarrollar tecnología adecuada a las condiciones y recursos locales.

Hacer participar a la gente en la atención de salud

En el informe de un Comité de Expertos de la OMS en Nuevos Métodos de Educación Sanitaria en la Atención Primaria de Salud¹ se dice que:

«Para que la gente intervenga y esté capacitada para formular sus propios objetivos de salud, los prestadores de atención tendrán que:

- a) dar oportunidades a la población para que aprenda a identificar y analizar los problemas relacionados con la salud y a proponer metas propias;
- b) poner a disposición de la comunidad información sobre la salud y cuestiones conexas, en particular sobre medios prácticos, eficaces, inocuos y económicos de tener buena salud y de hacer frente a las enfermedades y a la invalidez;

¹ OMS Serie de Informes Técnicos N° 690, 1983.

- c) indicar a la población soluciones alternativas para resolver los problemas de salud que ella misma haya identificado;
- d) hacer consciente a la gente de la importancia de la comunicación para fomentar la comprensión y el apoyo mutuos entre la población y los prestadores de atención de salud;
- e) expresar las metas fijadas por la población en forma de objetivos sencillos, comprensibles, realistas y aceptables cuya consecución pueda supervisar la comunidad; y
- f) ayudar a la población a aprender la manera de establecer un orden de prioridad entre los diferentes problemas de salud identificados y a comprender la necesidad de hacerlo en función de las políticas pertinentes; por ejemplo, comprender que se debe dar prioridad a los sectores más pobres de la comunidad y a ciertas enfermedades por razón de su contagiosidad, susceptibilidad al tratamiento, etc.»

En el informe se añade que:

«Es esencial que las comunidades comprendan claramente cuál es su función en la ejecución de estrategias para resolver los problemas de salud. A este respecto, la educación sanitaria debe facilitar el diálogo con la población mediante formas de comunicación cultural y socialmente aceptables.»

Actuar en asociación con la comunidad

El tema de las Discusiones Técnicas¹ que tuvieron lugar en mayo de 1983, con ocasión de la 36ª Asamblea Mundial de la Salud fue «Nuevas políticas de educación sanitaria en la atención primaria de salud». Participaron en ellas más de 300 delegados que asistían a la Asamblea. Examinaron la necesidad de crear una auténtica asociación entre los agentes de salud y la comunidad en cada etapa de la planificación sanitaria; de la identificación de los problemas, pasando por la facilitación y el fortalecimiento de las actividades sanitarias, hasta la evaluación de los resultados. Debe haber un diálogo y una interacción constantes entre la comunidad y los agentes de salud.

La gente puede «sentir» muchos problemas de salud y problemas conexos, pero es posible que no sea capaz de expresarlos con claridad. Puede haber otros problemas importantes que la gente no ve. El agente de salud debe alentar a la comunidad a analizar su propia situación, orientándola sobre la manera de hacerlo, a fin de que pueda comprender mejor sus problemas,

¹ Todos los años, los Estados Miembros de la Organización Mundial de la Salud se reúnen en Ginebra con objeto de determinar las políticas de la Organización y adoptar medidas para promover los objetivos de la OMS. En esas ocasiones, se celebran Discusiones Técnicas sobre temas específicos de interés internacional. Esta fue la segunda ocasión en que la educación sanitaria fue el tema de las Discusiones Técnicas; la primera fue en 1958.

identificar recursos locales que permitan resolverlos y pedir ayuda exterior, cuando sea necesario.

A medida que avancen las actividades encaminadas a resolver un problema, el agente de salud ayudará a la comunidad a analizar el valor y la eficacia de sus esfuerzos ¿Se están produciendo en la comunidad los cambios deseados? ¿Han surgido obstáculos a los progresos? ¿Son apropiadas la tecnología y las estrategias elegidas? En otros términos, el agente de salud debe hacer participar a la comunidad en un ciclo continuo de planificación, acción y evaluación. Estimulando la participación y el constante autoexamen, el agente de salud enseñará a la comunidad en qué consiste el proceso de planificación. Esto hará posibles actividades de autoayuda en el futuro.

El gráfico que figura en las páginas 86–87 es una ilustración de cómo puede desarrollarse una verdadera asociación entre agentes de salud y la comunidad.



Coordinar los niveles de planificación

La coordinación es una parte importante de la educación sanitaria. Necesitamos crear un vínculo entre la gente y los diversos organismos que disponen de recursos y fomentar la comunicación entre ambos. Debe facilitarse también la comunicación entre los propios organismos, a fin de que utilicen sus recursos de la manera más eficaz para ayudar a la comunidad. Debemos ser asimismo conscientes de que esa ayuda procederá de distintos niveles: distrito, región, estado y nación.




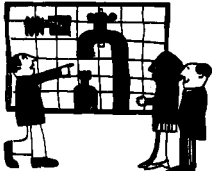


La atención primaria de salud es una cuestión de interés nacional y no sólo local. Los ministerios y organismos centrales planifican también la prestación eficaz de los servicios de atención primaria de salud. Es necesario que la comunidad esté informada de esos esfuerzos centrales de planificación, para poder aprovechar los recursos disponibles. Un ejemplo de función central sería el suministro de medicamentos esenciales a todas las comunidades. Otra función central importante, de interés directo para la educación sanitaria, es la planificación de programas en los medios de información (radio, televisión, etc.) sobre las necesidades de salud prioritarias.

Los agentes comunitarios y de salud deben velar conjuntamente por que sus necesidades de medicamentos esenciales, transporte básico, medios educativos y otros recursos se comuniquen constantemente a las autoridades centrales de planificación. Asimismo, los planificadores centrales deben estar siempre en contacto con las comunidades locales, a fin de conocer sus necesidades y estar, por lo tanto, en mejores condiciones para planificar la atención primaria de salud.

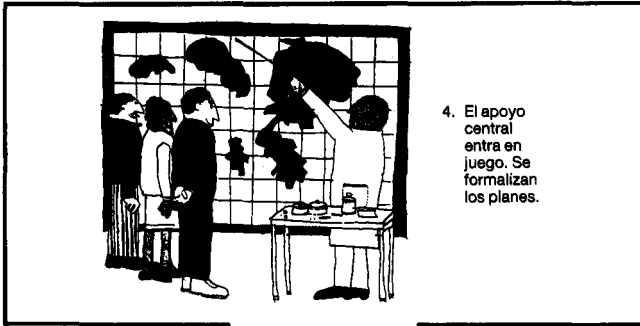
Funciones descentralizadas

<p>1. El movimiento comienza con la gente.</p> 	<p>2. Las necesidades percibidas, ¿reflejan verdaderamente problemas importantes?</p> 	<p>3. ¿Cuáles son las prioridades? Se inicia el diálogo con los profesionales.</p> 
--	---	---

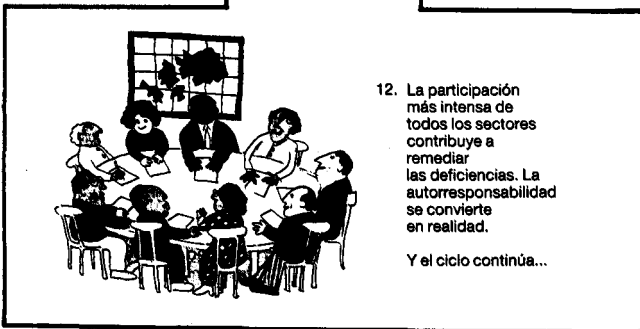
Información y educación p

<p>8. A medida que se observan progresos surgen nuevas necesidades. La comunidad está lista para la siguiente etapa.</p> 	<p>7. ¿Son eficaces las actividades? ¿Qué cambios se están produciendo?</p> 	<p>6. La acción se desarrolla, pero ¿es apropiada la tecnología?</p> 
<p>9. El ciclo que favorece la participación y la autorresponsabilidad evolucionan en otro nivel.</p> 	<p>10. La comunidad actúa para desarrollar nuevos recursos.</p> 	<p>11. ¿Avanzan los programas en la dirección adecuada? Se evalúan las actividades centrales y locales.</p> 

Funciones centralizadas



a salud



En este diagrama se indica cómo se crea una auténtica asociación entre los agentes de salud y la comunidad mediante las diversas fases de la identificación de problemas y luego facilitando y reforzando la acción sanitaria. El diagrama se confeccionó en relación con las Discusiones Técnicas sobre «Nuevas políticas de educación sanitaria en la atención primaria de salud», celebradas con ocasión de la 36ª Asamblea Mundial de la Salud en mayo de 1983.

Educación sanitaria individual

La labor de aconsejar es uno de los métodos utilizados con más frecuencia en la educación sanitaria para ayudar a los individuos y las familias.

Al dar consejos, una persona que necesita algo y una persona que da apoyo y ánimo (el consejero) se reúnen y conversan de tal modo que la persona necesitada adquiere confianza en su capacidad para encontrar soluciones a los problemas. La labor de aconsejar se basa ante todo en la capacidad para comunicar y establecer relaciones.

Las oportunidades para aconsejar surgen siempre que se trabaja con individuos y familias: con los enfermos en el centro de salud, con los alumnos en la escuela y también en el curso de una visita domiciliaria, entre otras muchas. La labor de aconsejar debe formar parte del tratamiento y la atención general prestados a una persona enferma o perturbada. Es también un importante aspecto de la prevención de las enfermedades y la promoción de la salud, porque ayuda a las personas a comprender lo que pueden hacer, por medio de sus propios esfuerzos, para evitar la enfermedad y mejorar su modo de vivir.

En el presente capítulo se describen:

- La finalidad de los consejos (páginas 89–90).
- Las reglas que ha de seguir el consejero (páginas 90–92).
- Los distintos tipos de consejos (páginas 92–97).
- Los medios para facilitar la adopción y aplicación de decisiones (páginas 97–101).
- Ejemplo de una sesión de consejos (páginas 101–106).
- Sugerencias para la práctica de la labor de aconsejar.

Finalidad de los consejos

Por medio de los consejos se impulsa a las personas a pensar en sus problemas y a llegar así a un mayor conocimiento de las causas. Es de esperar que, como resultado de ese conocimiento, las personas se comprometan a tomar medidas que resuelvan los problemas planteados. El tipo de acción adoptada dependerá de la decisión del propio individuo, aunque el consejero puede orientarle si es necesario.

Dar consejos significa dar a elegir y no forzar ni dar instrucciones. Un agente de salud puede pensar que su recomendación parece razonable, pero tal vez no

sea apropiado en las circunstancias particulares de la persona que recibe el asesoramiento. En la labor de aconsejar corresponde a la persona interesada tomar las decisiones, para aumentar las probabilidades de que las soluciones adoptadas sean apropiadas. Una solución apropiada será la que pueda aplicar la persona con resultado satisfactorio.

Se da a continuación un ejemplo de los problemas que surgen cuando se fuerza a la persona asesorada :

Durante una visita domiciliaria, una agente de salud vio a una madre con gemelos de tres meses de edad. Los niños eran tan pequeñas que la agente de salud temió que no podrían vivir. Riñó a la madre por no acudir a la clínica.

La agente de salud asesoró a la madre para que fuera inmediatamente al hospital con los gemelos y permaneciera allí hasta que crecieran y se fortalecieran. La madre movió la cabeza en sentido afirmativo. Mientras guardaba sus cosas comenzó a llorar.

Acudió un cuñado de la mujer para ver por qué lloraba. La agente de salud se lo explicó, pero el hombre se disgustó y dijo que la mujer tenía numerosos motivos válidos para llorar. Estaba preocupada porque si permanecía en el hospital, nadie cuidaría de sus otros dos hijos. Se había trasladado recientemente a esa ciudad con su esposo. Tenía la impresión de que no había ninguna persona a quien sus hijos conocieran y en quien confiaran suficientemente para quedarse con ella. La madre lloraba también porque temía que la agente de salud no quisiera ayudarlo en el futuro si no estaba de acuerdo en ir inmediatamente al hospital.

Reglas para aconsejar

En ese ejemplo, la agente de salud no había aprendido, evidentemente, las técnicas de la labor de aconsejar, pues de otro modo habría seguido las reglas sencillas siguientes.

Relaciones

Los consejeros muestran preocupación y una actitud comprensiva. Desde el principio prestan atención al establecimiento de una buena relación con la persona a la que tratan de ayudar. Es más probable que los individuos hablen de sus problemas con alguien en quien confían.

Identificación de las necesidades

Los consejeros tratan de comprender el problema tal como lo ve la persona afectada. Las personas deben identificar sus propios problemas. Los consejeros no han de señalar los problemas en su lugar. El empleo de preguntas que permitan comentarios sin trabas será útil (véase la página 50). La labor del consejero consiste en escuchar atentamente.

Sentimientos

Los consejeros desarrollan empatía (comprensión y aceptación) por los sentimientos de una persona, pero no simpatía (pena o piedad). Un consejero nunca dirá «no debe preocuparse tanto por esto». Es natural que la gente tenga preocupaciones y temores respecto a sus problemas. Un buen consejero les ayudará a percibir sus sentimientos y afrontarlos.

Participación

Los consejeros nunca tratarán de persuadir a las personas de que acepten su asesoramiento. Si éste resulta erróneo, el individuo aconsejado se irritará y ya no confiará en el consejero. Si el asesoramiento es correcto, la persona pasará a depender del consejero para resolver todos los problemas.

Los consejeros ayudan a las personas a pensar en todos los factores que intervienen en sus problemas y les animan a elegir la solución más apropiada en su situación particular.

Secreto

Los consejeros tendrán conocimiento de numerosos problemas personales y posiblemente embarazosos. Mantendrán secreta la información respecto a todas las demás personas, incluso los familiares del individuo aconsejado. Si una persona descubre que el consejero cuenta a otros lo que le ha dicho en la sesión de consejo, no confiará más en el consejero y le evitará. Puede incluso suceder que tenga problemas por lo que el consejero ha dicho a los demás. Los consejeros respetarán siempre la intimidad de las personas a las que ayudan y nunca revelarán información sin una autorización expresa.

Información y recursos

Aunque los consejeros no dan asesoramiento, deben facilitar información e ideas sobre los recursos que la persona aconsejada necesita para adoptar una decisión correcta. Por ejemplo, muchos individuos no se dan cuenta de la relación que existe entre su comportamiento y su salud. Los consejeros no pronuncian conferencias, sino que facilitan datos sencillos durante la conversación para que la gente tenga una visión más clara de sus problemas.

Todos los agentes de salud o comunitarios pueden aplicar el método de los consejos en su trabajo. Los familiares y amigos pueden ser también consejeros. Lo importante es que la enfermera, el maestro, el padre o el amigo estén dispuestos a escuchar con atención y a animar a la persona a que asuma la mayor responsabilidad posible en la solución de su propio problema.

Una vez leídas las reglas de la labor de aconsejar, piense de nuevo en el caso de la madre con gemelos. ¿Cómo podría la agente de salud haber comenzado mejor esa visita domiciliaria? ¿Qué observaciones y preguntas podría haber utilizado para conocer mejor los problemas de la madre? ¿Cómo podrían haber participado los demás familiares presentes en la casa? ¿Qué piensa de otras posibles maneras de resolver el problema?

Distintos tipos de consejos

Consejos a las familias

Las personas pueden necesitar la ayuda de sus familias para resolver un problema. La aptitud para aconsejar es útil para el trabajo del consejero tanto con una sola persona como con una familia completa. Al trabajar con una familia está implicada más de una persona y, por consiguiente, puede haber más de un problema, más de una necesidad y probablemente más de una solución. Debe tenerse también en cuenta que, en las familias, las diferentes personas tienen distintas responsabilidades y poderes. El padre, por ejemplo, puede ser quien decida cómo se ha de gastar el dinero en la familia. Tal vez la madre tome la mayoría de las decisiones acerca de los tipos de alimentos. Los



A veces es preciso hacer participar a toda la familia en la solución de un problema de salud. Recuerde que cada miembro de la familia desempeña distintas funciones en el hogar y, por lo tanto, puede ayudar en distintas formas a encontrar una solución.

abuelos influyen en el grado en el que las familias siguen las costumbres tradicionales. Para cada problema debe encontrar Ud. a la persona adecuada y hablar con ella. Igualmente ha de mostrar respeto por el jefe de familia reconocido.

Consejos a los niños

En una clínica, escuela o comunidad, encontrará Ud. niños con problemas de salud, emocionales o de otro tipo. Se les pueden dar consejos si tienen edad suficiente para hablar.

Es mejor hablar al niño solo. Cabe obtener, antes, de los padres información básica, y después pedirles amablemente que esperen fuera. A veces, los padres desean responder a todas las preguntas y no dan al niño la posibilidad de hablar. También puede suceder que el niño tema decir ciertas cosas delante de los padres. El consejero explicará a los padres que el niño hablará con más libertad si está solo.

Empiece por hablar de cosas agradables, preguntando al niño cuáles son sus juegos favoritos, por ejemplo. Cuando esté tranquilo inicie la conversación acerca de su problema, haciéndole saber que todo lo que diga se mantendrá



Esta agente de salud sostiene al niño en las rodillas. Esto inspira seguridad y confianza al pequeño. Ahora estará dispuesto a contar sus problemas.

secreto. De este modo, el niño confiará en Ud. y hablará libremente. Mantenga siempre la promesa del secreto. Si los padres, los maestros u otras personas llegan a saber lo que se ha dicho, el niño se asustará y nunca más dejará al consejero que le ayude.

Al hablar con un niño han de aplicarse las reglas de la labor de aconsejar igual que si fuera un adulto. El niño podrá aprender mucho acerca de su salud de un buen consejero.

Visitas domiciliarias

Los consejos pueden darse en la clínica o en la escuela, pero las visitas domiciliarias son también útiles. Los agentes de salud deben visitar con regularidad todos los hogares de sus comunidades. Si una aldea es pequeña, con 10-25 casas, las visitas pueden ser por lo menos quincenales. En las aldeas o barrios más grandes, las visitas pueden ser mensuales. Entre los motivos que justifican las visitas domiciliarias cabe citar los siguientes:

- Mantener una buena relación con la población y las familias.
- Fomentar la prevención de las enfermedades corrientes.
- Detectar y mejorar precozmente las situaciones penosas, antes de que se conviertan en grandes problemas.
- Verificar la evolución de un enfermo o los progresos realizados hacia la solución de otros problemas.
- Instruir a la familia acerca del modo de ayudar a un enfermo.
- Informar a las personas acerca de los acontecimientos comunitarios importantes en los que se necesita su participación.

Puede aprenderse mucho de las visitas domiciliarias. Es posible observar la influencia del entorno y de la situación familiar en el comportamiento individual. ¿Tiene la familia recursos tales como un pozo? ¿Qué familiares viven en la casa? ¿Facilitan o dificultan la evolución del individuo?

Cuando las personas están en sus propios domicilios, suelen sentirse más contentas y seguras. Observará Ud. que están más dispuestas a hablar en sus propios hogares que cuando se encuentran en el dispensario. En éste tal vez teman que otras personas les vean o escuchen la conversación. Dirán más cosas en su casa porque se sienten más seguros.

Las demostraciones sobre nutrición, por ejemplo, pueden ser más útiles si se lleven a cabo en el hogar de la persona interesada. El agente de salud podrá utilizar los mismos materiales e instalaciones que tiene que usar la persona



Muchas veces los niños se asustan cuando están enfermos. Antes de poder tratar y aconsejar a un niño, el agente de salud debe ganarse su confianza y hacer que se sienta cómodo.

aconsejada. Así la demostración será más realista y el aprendizaje más fácil. En el capítulo 5 se tratará de la organización de tales demostraciones.

Si Ud. se dirige a las personas tratando de comprenderlas, éstas le darán la bienvenida en sus hogares. Allí encontrará numerosas oportunidades para practicar la educación sanitaria.

¿Cuándo fue la última vez en que efectuó usted una visita domiciliaria? ¿Cuál fue el motivo? ¿Le recibieron bien? Si las personas parecían temerosas, ¿Qué puede hacer usted la próxima vez para mejorar la relación?

¿Dio consejos en ese hogar? ¿Cómo respondieron las personas aconsejadas? ¿Cómo puede mejorar su visita domiciliaria la próxima vez?

Métodos educativos utilizados al dar consejos

Existen varios métodos educativos que pueden utilizarse para ayudar a los individuos y las familias a resolver sus problemas. Algunos contribuyen a que la



Durante una visita domiciliaria, el agente de salud puede comprobar los progresos de un enfermo, conocer a otros miembros de la familia que intervienen en el cuidado del paciente, observar otros problemas y fomentar la acción preventiva.

gente comprenda la causa del problema, otros les facilitan el hallazgo de posibles soluciones y otros les ayudan a tomar decisiones para la acción.

En los capítulos 1 y 3 se ha señalado la importancia de que el consejero se ponga en el lugar de otras personas y comprenda por qué se comportan como lo hacen. Ahora bien, los propios individuos también han de ver por qué hay un problema. Por consiguiente, la función del consejero consiste primero en entender el problema y luego en ayudar a los individuos a comprenderlo ellos mismos. Después el consejero y los individuos aconsejados han de trabajar juntos a fin de encontrar soluciones apropiadas para las situaciones de que se trate.

La gente se muestra a veces reticente a adoptar las medidas necesarias para resolver sus problemas. Tal vez estimen que no vale la pena el tiempo y el esfuerzo. Se les ha de animar a que analicen sus valores con objeto de que adopten una decisión acerca de la importancia que atribuyen a su salud y su bienestar.

Otro modo de ayudar a las personas a decidirse a actuar es el empleo de la autorrecompensa. Las personas han de decidir la recompensa que se concederán a sí mismas si siguen hasta el final con la acción necesaria. Examinaremos estas ideas en las páginas 99–101.

Es importante ayudar a la gente a elegir soluciones que se ajusten a su modo de actuar y a sus creencias. Se tratará de evitar la adopción de soluciones que sean incómodas. Busque Ud. posibilidades factibles.

También puede ser útil relacionar a una persona con alguien que ha abordado con éxito un problema análogo, igual que en el siguiente ejemplo.

La Sra. Angelino se enteró recientemente que sufría de diabetes. Le preocupaba saber cómo debía modificar su alimentación y sus actividades y cómo tenía que hacer pruebas de su orina y tomar sus medicamentos. El agente de salud decidió que sería útil que la Sra. Angelino conociera a la Sra. Pedro, que llevaba cinco años de tratamiento de su diabetes. La Sra. Pedro podía dar apoyo y ánimo basándose en su propia experiencia personal.

Recuerde siempre que los consejos requieren esencialmente un contacto personal y aptitudes para escuchar, facilitar información y ayudar a las personas a que ellas mismas decidan lo que es mejor para ellas.

La demostración y presentación de objetos reales son métodos educativos que pueden utilizarse para aconsejar a un individuo.

Facilitar la adopción y aplicación de decisiones

¿Cuáles son las cosas que más valoramos?

Como se ha indicado en el capítulo 1, los valores son normas y creencias muy importantes y que en consecuencia influyen en el comportamiento. Entre los elementos que la gente valora figuran: el progreso, la felicidad, la amistad, la seguridad y la comodidad. Si se les pregunta, la mayoría de las personas dirán que atribuyen valor a la salud, pero con demasiada frecuencia no piensan en ella hasta que la pierden.

Aunque las personas creen firmemente en sus valores, no siempre parecen comportarse como corresponde a los mismos. Con frecuencia ni siquiera se dan cuenta de que su conducta no es coherente con sus valores. Esto lo muestran claramente los ejemplos siguientes.

La gente atribuye un gran valor a sus hijos y considera que es un honor ser padre o madre. El cuidado de los hijos es un deber especial que no se debe tomar a la ligera, pero a veces se ve a una familia que gasta demasiado dinero en ropa nueva, cigarrillos o bebidas alcohólicas, incluso aunque los hijos están delgados y enfermizos. Puede ser que la familia desee tener ropa nueva para que todos se sientan orgullosos al asistir a la boda de un familiar. Tal vez tomen bebidas alcohólicas porque sus amigos lo hacen o porque les parece que es un



La agente de salud da consejos a una mujer sobre un método de planificación familiar.

medio de entablar fácilmente relaciones. Puede suceder que crean que los cigarrillos les ayudarán a concentrarse mejor en su trabajo. Tal vez la familia no sabe que los niños necesitan ciertos alimentos para estar sanos. Probablemente el consejero piense en otros motivos que explican el comportamiento de esa familia. Es improbable que el padre y la madre quieran perjudicar a sus hijos. Probablemente no se dan cuenta de que su comportamiento no concuerda con el valor que atribuyen a los hijos.

Véase ahora el ejemplo de un escolar que tiene un dedo del pie infectado. Se queja de que le duele mucho y dice que le importa mucho su salud. El agente de salud le indica que vaya a la clínica durante cinco días para recibir inyecciones. Al cabo del segundo día, el muchacho no vuelve. Esa conducta puede explicarse por numerosos motivos. Tal vez el dolor ha disminuido y el muchacho piensa que basta con dos inyecciones, quizás el recorrido hasta la clínica es largo o tal vez tiene un trabajo importante o un examen en la escuela. Puede tener miedo del agente de salud o de las inyecciones. Cualquiera que sea el motivo probablemente no se da cuenta de que su comportamiento va en contra del valor declarado que concede a la salud.

Esclarezca sus propios valores. Tal vez tenga que pensar profundamente en esta cuestión. ¿Cuáles son las cinco cosas que más valora en la vida? Tenga en cuenta una de ellas. Piense en lo sucedido la semana pasada. ¿Se ha comportado usted siempre de modo que esté de acuerdo con el valor seleccionado? En caso negativo, ¿por qué motivos? ¿Por qué es difícil que la gente se comporte siempre conforme a sus valores? ¿Qué puede hacer Ud. para que su comportamiento esté más de acuerdo con sus valores?

Ajuste del comportamiento con los valores

Nuestra labor consiste en ayudar a las personas a ver claramente cómo sus valores tal vez no concuerden con su comportamiento. Entonces quizás tratarán de cambiar. Si lo hacen, necesitamos ayudarles a determinar qué es lo más importante en sus vidas. El mejor modo de hacerlo es el trabajo individual, aunque puede actuarse también en pequeños grupos. Los valores son muy personales. Es probable que la gente no esté dispuesta a hablar en presencia de otros acerca de sus valores y de las contradicciones de su conducta.

El examen de este tema formará normalmente parte de una sesión individual de consejos. El consejero habrá encontrado ya algunos de los problemas con que se enfrenta la persona aconsejada y algunas de las causas de esos problemas. Comience por preguntar cuáles son las cosas más importantes de la vida, es decir, qué es lo que más valora. Después le preguntará qué hace para vivir conforme a esos valores. Si se valora la salud, ¿qué hace esa persona para mantenerse sana? Si se valoran los hijos, ¿qué hace para tener la seguridad de que los niños crecen para ser fuertes y prósperos?

Cuando la persona sabe claramente cuáles son las cosas que más valora en la vida, hay que preguntarle si actúa siempre en armonía con sus valores. Si contesta negativamente, se le preguntará cuál es el motivo. Trate de determinar por qué es difícil vivir siempre conforme a sus valores. Asimismo, si Ud. ha observado ciertas diferencias entre los valores que la persona sostiene y sus acciones, deberá señalárselas con amabilidad. La percepción de tales diferencias es un paso muy importante hacia la decisión de cambiar el propio comportamiento. Pero cuando la persona ha decidido modificar ciertos hábitos, la decisión tiene que mantenerse día tras día hasta que los cambios de comportamiento pasan a ser parte integrante de su modo de vivir. Esto es a menudo muy difícil. Observaremos ahora cómo puede fortalecerse la decisión del individuo de adoptar prácticas saludables.

Utilización de autorrecompensas

Si las personas reciben un beneficio de una acción, se verán animadas o motivadas a repetirla. Las recompensas pueden fomentar un buen

comportamiento en materia de salud, pero deben utilizarse con precaución. Primero, se utilizarán sólo cuando una forma de comportamiento es muy difícil de cambiar (por ejemplo, el hábito de fumar).

Segundo, un agente de salud debe saber que es perfectamente posible conducir a alguien en la dirección errónea mediante la utilización de recompensas y causar así numerosos problemas. Para evitarlo debe cerciorarse siempre, en primer lugar, de que el individuo elige el tipo de comportamiento saludable que desea lograr y, en segundo lugar, que elige sus propias recompensas. De otro modo puede plantearse un problema como el siguiente.

El Sr. Tem sufre de hipertensión. Se supone que ha de ir una vez por mes al dispensario para controlar su tensión arterial y renovar su provisión de medicamentos. Por desgracia, el Sr. Tem sólo pasa por la clínica cuando se siente mal.

El médico de servicio se preocupa por el Sr. Tem y le dice que le dará el dinero para el transporte si viene cada mes. El Sr. Tem está de acuerdo y comienza a acudir al dispensario con regularidad.

Varios meses más tarde el médico es trasladado a otro hospital. Cuando el Sr. Tem se encuentra con el nuevo médico, le pide su dinero para el transporte. El médico queda sorprendido y le dice que no puede dar dinero cada mes a los enfermos. El Sr. Tem se disgusta y desde ese día no vuelve a la clínica. Cuando no se encuentra bien, compra medicamentos en una farmacia local.

En el ejemplo anterior, el primer médico no consiguió ayudar al Sr. Tem porque el médico tomó todas las decisiones. En educación sanitaria, las personas deben elegir el cambio de su propio comportamiento y las recompensas que se atribuirán si tienen éxito. También es importante ensayar primero otros métodos. Si el Sr. Tem tenía problemas de dinero, el mejor método habría sido ponerle en relación con el organismo de asistencia social.

A continuación se da un ejemplo de cómo un agente de salud animó a su cliente a participar en la elección de autorrecompensas.

El Sr. Solo tosía desde hace años. La agente de salud ayudó al Sr. Solo a comprender que los cigarrillos le hacían toser más. Cuando lo entendió, dijo que deseaba dejar de fumar. Trató de reducir el hábito, pero a la semana siguiente fumaba tanto como antes. Volvió a ver a la agente de salud en busca de ayuda.

La agente de salud escuchó al Sr. Solo y se mostró de acuerdo en que era un momento difícil. Le pidió al Sr. Solo que le indicara algunas cosas que le gustaba hacer en su tiempo libre. Dijo que disfrutaba realmente jugando a las damas con su vecino. La agente de salud le preguntó si tenía algún alimento preferido. Contestó que el pollo era su alimento favorito, pero que no podía permitírselo con mucha frecuencia. Su esposa preparaba pollo sólo una o dos veces al mes.

La agente de salud explicó entonces al Sr. Solo la idea de las recompensas y le dijo que podía recompensarse a sí mismo con algo que le gustara si dejaba de fumar. El Sr. Solo lo pensó y dijo que tendría que hablar con su esposa y con su vecino. Los días que no fumara un cigarrillo, jugaría a las damas con su vecino, pero si fumaba, se quedaría en casa y no jugaría. Le gustaba mucho jugar a las damas, de modo

que eso era una recompensa. Mientras jugaban, el vecino podría recordar al Sr. Solo que no fumara. (El apoyo de los amigos y familiares es otro importante factor de la educación sanitaria.) También podría guardar el dinero ahorrado al no fumar y entregárselo a su esposa para que, como recompensa, le preparara una cena con pollo.

Por último, las recompensas deben ser algo que sea bueno para la persona. Un niño puede decir: «Quiero un caramelo si me limpio los dientes cada día». Tomar caramelos cada día no es muy sano para el niño. Tal vez se le puede dar algún caramelo al fin de la semana. Mejor todavía sería encontrar otra recompensa.

Compare Ud. los ejemplos del Sr. Tem y el Sr. Solo. ¿En qué caso actuó correctamente el agente de salud al utilizar recompensas? ¿Se le ocurre algún método mejor para animar al Sr. Tem a asistir a la clínica sin utilizar recompensas? ¿Cree usted que el Sr. Solo mantendrá su promesa de dejar de fumar? ¿Qué otros métodos podrían aplicarse para ayudar al Sr. Solo y al Sr. Tem?

Ejemplo de una sesión de consejos

He aquí un ejemplo de un problema que requiere la labor de aconsejar. Un maestro ha pedido a un agente de salud de la comunidad que hable con uno de sus alumnos. El maestro le ha dicho algunas cosas acerca del muchacho. Este tiene 17 años de edad y es inteligente, pero últimamente ha faltado mucho tiempo a la escuela. Siempre parece cansado. Es el último año del alumno y el maestro está preocupado porque tal vez no apruebe los exámenes.

La siguiente conversación muestra lo que puede hacer el agente de salud de la comunidad en esa situación. Preste mucha atención a lo que dice y observe que formula primero preguntas generales para que el muchacho hable libremente. Le saluda y trata de establecer una buena relación. Escucha atentamente todo lo que el muchacho dice. El agente de salud de la comunidad no da ningún consejo hasta que ha oído todo el relato de los problemas del muchacho.

Asimismo, el agente de salud de la comunidad alienta a su interlocutor a que reflexione detenidamente sobre el problema para que comprenda mejor la causa y encuentre algunas posibles soluciones por sí mismo. Recuerde que la gente se siente más obligada a resolver sus problemas si participa en la elaboración de soluciones.

Si está usted con otras personas, puede utilizar esta sesión de consejos como una breve escenificación. Pida a todos que lean una vez la conversación. Solicite dos voluntarios. Uno leerá en voz alta la parte del agente de salud de la comunidad y el otro leerá lo que dice el muchacho. Será un buen procedimiento para practicar la labor de aconsejar.

Ejemplo de una sesión de consejos

- Agente de salud : Buenos días. Espero que todo les vaya bien a usted y a sus padres.
- Muchacho : Gracias. Todo el mundo está bien, excepto mi madre, que tiene algo en la espalda.
- Agente de salud : Creo que este es su último curso en la escuela. ¿Cómo van sus estudios?
- Muchacho : Bueno, normalmente voy bien en la escuela, pero usted sabe que el último año siempre es difícil.
- Agente de salud : ¿Ha tenido buena salud este año?
- Muchacho : En realidad me siento algo débil y tengo dolores de cabeza. Pienso que probablemente es paludismo, pero no estoy seguro.
- Agente de salud : El paludismo es malo en esta época del año. ¿Toma usted algún medicamento para tratarlo?
- Muchacho : He tomado la serie de comprimidos de cloroquina unas tres veces hasta ahora, pero nunca me parece que estoy completamente bien.
- Agente de salud : Los comprimidos son necesarios, pero la medicina no puede resolver por sí sola todos nuestros problemas. ¿Come usted bien?
- Muchacho : Creo que sí.
- Agente de salud : Dígame, ¿qué ha tomado en sus comidas en los últimos días?
- Muchacho : Mi madre nos dice siempre que desayunemos bien, de modo que preparo un gran tazón de cereales para mis hermanos y para mí. Después siempre trato de comprar fruta.
- Agente de salud : ¿Quiere decir que usted cocina y compra algo?
- Muchacho : Estas labores son necesarias. Hace unos años mi madre se dió un golpe en la espalda y ahora tiene muchas molestias. El médico le dice que está envejeciendo y que no hay gran cosa que hacer. Le da calmantes, pero el médico nos ha dicho a los hijos que tratemos de ayudar a nuestra madre en todo lo posible. Como soy el mayor, me corresponde la mayor parte de la responsabilidad.
- Agente de salud : ¿Qué otras tareas realiza?
- Muchacho : Ayudo también a preparar la cena. Hago que los niños pequeños limpien la casa, pero tengo que vigilarlos para que lo hagan bien.

- Agente de salud: Con todo ese trabajo, ¿cuándo tiene tiempo para estudiar?
- Muchacho: Ese es el problema. Realmente me es difícil estudiar con seriedad hasta que las tareas quedan hechas y mis hermanos pequeños se preparan para dormir. Entonces leo tantas horas como puedo o hasta que me quedo dormido sobre la mesa.
- Agente de salud: ¿Dónde estudia usted realmente?
- Muchacho: Como usted sabe, sólo tenemos dos habitaciones para vivir. Una es el dormitorio de mis padres. La otra se utiliza para estar y comer y como dormitorio de los hijos. Por esto no puedo concentrarme en mis estudios hasta que mis hermanos pequeños se quedan dormidos. Incluso trato de que la bombilla no alumbre demasiado para que no se despierten y me molesten.
- Agente de salud: Veo que las cosas son ahora difíciles para usted. Por lo que me ha dicho, se encuentra usted sometido a una fuerte tensión. Me doy cuenta de que tiene deberes para con su familia, pero creo que todo ese trabajo suplementario y el leer tarde por la noche con mala luz han contribuido a que se sienta débil y le duela la cabeza. ¿Le parece esto razonable?
- Muchacho: Creo que nunca antes he pensado en ello de esa manera, pero parece razonable. Sin embargo, estoy preocupado. Como usted dice, tengo que hacer mis tareas domésticas. ¿Cómo puedo resolver este problema?
- Agente de salud: Primero, ¿qué desea usted realmente conseguir?
- Muchacho: Quiero aprobar mis exámenes este curso, de modo que probablemente tendré que estudiar más.
- Agente de salud: Y para estudiar más tendrá que estar fuerte y descansado.
- Muchacho: Es cierto, de modo que tengo que encontrar también el modo de descansar más.
- Agente de salud: Pensemos en cuándo puede usted hallar más tiempo para estudiar. Me ha dicho que prepara la cena y hace algunas compras. ¿Qué hace entre el momento que sale de la escuela y el momento en que empieza a preparar la cena?
- Muchacho: Después de terminar en la escuela suelo ir andando al mercado para comprar algunas cosas que necesito para la cena. Allí me reúno con algunos amigos y hablamos y jugamos un poco. Entonces, cuando veo que va a ponerse el sol, marcho a casa para empezar a preparar la cena.
- Agente de salud: Jugar es necesario para mantener el cuerpo en forma, pero ¿no piensa usted que podría ahorrar algún tiempo después de la escuela, un par de días a la semana, para dedicarlo al estudio? Leer a la luz del día sería mejor para sus ojos que leer con una bombilla poco brillante por la noche.

- Muchacho : Parece acertado lo que me dice, aunque realmente me gusta jugar con mis amigos.
- Agente de salud : No le digo que deje de jugar, porque esto le ayuda a mantenerse en forma, pero tiene usted que pensar en algo que es más importante. Parece que le preocupa su trabajo escolar. Tiene que decidir por sí mismo qué sacrificio está dispuesto a hacer en aras de sus estudios. Por el momento está sacrificando su salud.
- Muchacho : Nunca lo he pensado de ese modo, pero tiene usted razón. Doy importancia a mis estudios y si no tengo buena salud, no tendré buenos resultados en la escuela. Estoy seguro de que puedo quedarme una hora más en la escuela y estudiar allí en mi pupitre. Nadie me molestará e incluso los profesores todavía pueden estar allí y ayudarme si tengo alguna pregunta. Mis amigos no me echarán de menos sólo por una hora y podré acompañarles más tarde. Espero que no se rían de mí porque deseo quedarme en la escuela.
- Agente de salud : ¿Comprenden sus amigos los problemas que tiene usted en casa?
- Muchacho : Claro que sí, siempre pasan por mi casa el fin de semana para saludar a mi madre y preguntarle cómo va. Supongo que me comprenderán y no se reirán de mí.
- Agente de salud : ¿Y que me dice de los fines de semana. ¿Puede encontrar algún momento para estudiar?
- Muchacho : El sábado por la mañana suele estar dedicado a las tareas domésticas y después no hay tranquilidad en la casa. Los niños están siempre saliendo y entrando y además hay visitas.
- Agente de salud : ¿Tiene usted que quedarse en casa para estudiar?
- Muchacho : Tal vez podría ver si alguna de las clases de la escuela queda abierta o podría incluso ir a la granja de mi padre. Allí siempre hay tranquilidad. Podría llevarme unos bocadillos y sentarme a la sombra de los grandes árboles.
- Agente de salud : Está bien que sea usted capaz de pensar en tantas soluciones para este problema. El maestro tenía razón. Es usted un muchacho brillante. Ahora me interesa saber algo de sus hermanos pequeños. ¿Qué edad tienen?
- Muchacho : El que me sigue tiene 13 años y después hay dos gemelos de 9 años.
- Agente de salud : El de 13 años, ¿también marcha bien en la escuela?
- Muchacho : Estudia mucho. Sus notas han sido casi tan buenas como las mías. Probablemente puede hacerlo mejor.

- Agente de salud : ¿Qué edad tenía usted cuando empezaron los trastornos de la espalda de su madre?
- Muchacho : Unos 14 años.
- Agente de salud : ¿Y comenzó a hacer todas esas tareas en esa edad?
- Muchacho : Sí.
- Agente de salud : Acabo de pensar que si su hermano es también un muchacho brillante y, como ya tiene casi 14 años, tal vez pueda empezar a tomar más responsabilidades en el hogar. ¿Qué le parece la idea?
- Muchacho : Siempre he pensado que era muy joven, pero si yo podía hacer las tareas de la casa a su edad, estoy seguro de que también él podrá. Tal vez podemos turnarnos para cocinar y hacer otros trabajos. Sería otro modo de obtener más descanso y más tiempo para estudiar.
- Agente de salud : Con todas las ideas que ha citado, estoy seguro de que no tendrá más problemas en sus estudios, pero le ruego que no dude en venir de nuevo a verme si usted o algún otro miembro de su familia tiene problemas. Ahora, antes de marcharse, recuérdeme lo que va a hacer para resolver sus problemas. Nos ayudará a tener la seguridad de que no hemos olvidado nada y de que estamos satisfechos con lo que hemos decidido.
- Muchacho : Primero necesito descansar más y encontrar mejores momentos para estudiar. Me quedaré en la escuela después de terminar las clases durante una hora para leer a la luz del día. Después los fines de semana iré a la granja para estudiar. En el hogar haré que mi hermano se turne conmigo para cocinar y hacer otros trabajos.
- Agente de salud : Gracias. Está muy bien. Salude de mi parte a sus padres.
- Muchacho : Lo haré. Gracias por su ayuda. Hasta la vista.
-

En este ejemplo, el agente de salud nunca supuso que entendía el problema del muchacho hasta disponer de suficiente información. Nunca forzó al muchacho a adoptar su asesoramiento. Siempre le animó a pensar en su problema y a adoptar sus propias decisiones. Formuló preguntas que ayudaron al muchacho a pensar con cuidado y seriedad en la causa del problema.

Cuando el agente de salud descubrió que el muchacho estaba poco dispuesto a abandonar su tiempo de juegos, le pidió que analizara sus valores. Le ayudó a darse cuenta de lo que era realmente importante para él y le orientó en su elección. Entonces se llegó a una transacción para que el muchacho pudiera estudiar más, pero no abandonara los juegos con sus amigos.

Más práctica de la labor de aconsejar

Igual que cualquier técnica, la labor de aconsejar mejora con la práctica. Reúnase con otros agentes de salud o de la comunidad y organice una improvisación teatral (véanse detalles sobre la improvisación en el capítulo siguiente). Uno de ustedes será el consejero y el otro una madre cuyo hijo tiene un oído infectado. Las restantes personas servirán de auditorio. Tienen que desempeñar una importante función: tienen que observar atentamente la improvisación y al final pueden hacer a los actores sugerencias para mejorar sus métodos en la labor de aconsejar.

Sugerencias para la persona que desempeña el papel de la madre

Compórtese igual que una madre normal de su comunidad. ¿Qué puede creer una madre que es la causa de la enfermedad? ¿Qué tratamientos locales puede haber utilizado antes de venir al dispensario? El consejero puede interesarse por la familia de la madre, sus condiciones de vida y sus ocupaciones. La persona que hace de madre preparará sus propios antecedentes para dar respuestas realistas al consejero. Sin duda habrá observado a las madres en muchas ocasiones cuando vienen al dispensario. Se encuentran a veces preocupadas y angustiadas. Se comportará como las madres que ha visto, con lo cual mejorará la improvisación.

Sugerencias para el consejero

Recuerde las etapas sencillas de la labor de aconsejar. Piense en los materiales didácticos que puede utilizar. ¿Puede hacer la demostración de un método que la madre necesite aprender? ¿Puede utilizar carteles o dibujos? ¿Tal vez no tenga esos elementos, pero en la improvisación teatral puede usted fingir que los posee. ¿Puede preparar una historieta, proverbio o fábula? ¿Necesitará ayudar a la madre a que obtenga apoyo de sus familiares?

No apresurar la labor de aconsejar

Es natural que la sesión se desarrolle lentamente al principio. Cuando el consejero tenga mucha práctica y sesiones reales, sus técnicas mejorarán. Podrá comprender los problemas con más rapidez y seleccionar métodos docentes con más facilidad.

Como práctica adicional puede utilizarse el caso de la madre con gemelos (véase la página 90) como base de la improvisación teatral. Los presentes pueden desempeñar los papeles de agente de salud, madre, cuñado y posiblemente otros familiares. El consejero puede también preparar sus propias improvisaciones basadas en situaciones problemáticas reales

observadas en el dispensario, la escuela y la comunidad. Siempre debe haber algunas personas que presencien la representación para que puedan sugerir mejoras.

Cualquiera que sea la situación, ha de recordarse que dar consejos comprende las cuatro etapas siguientes :

1. Ayudar a la persona aconsejada a determinar cuál es su problema.
2. Ayudar a la persona aconsejada a descubrir por qué existe un problema.
3. Alentar a la persona aconsejada a que examine tantas soluciones del problema como sea posible.
4. Lograr que la persona aconsejada elija la solución más apropiada.

Educación sanitaria con grupos

Una de las principales actividades en la esfera de la educación sanitaria es el trabajo con grupos. Cuando la gente se reúne para identificar, definir y resolver un problema dispone de más recursos que cuando se trabaja individualmente. Los grupos realizan a menudo tareas que varios individuos por separado serían incapaces de hacer; ayudan a sus miembros a comportarse de manera saludable y permiten que las personas aprendan unas de otras.

El presente capítulo empieza por describir:

- Qué es un grupo (página 109).
- Grupos oficiales y reuniones sin carácter oficial (páginas 109–111).
- El comportamiento en los grupos oficiales (páginas 111–114).

A continuación, tras algunos comentarios sobre la eficacia de la educación con grupos (página 114), se pasa a examinar con mayor detalle los métodos de educación sanitaria en relación en las siguientes grupos:

- Grupos o reuniones sin carácter oficial (páginas 115–124).
- Grupos o asociaciones oficiales (páginas 125–128).
- Grupos de discusión (páginas 128–131).
- Grupos de autoayuda (páginas 131–134).
- La escuela (páginas 134–140).
- Educación sanitaria en el lugar de trabajo (páginas 140–144).
- Demostraciones (páginas 144–147).
- Estudios de casos (páginas 148–152).
- Improvisaciones teatrales (páginas 152–157)
- Una sesión de adiestramiento en grupo (páginas 158–159).
- El equipo de salud (páginas 160–163).
- Organización de reuniones (páginas 163–170).

Cada grupo tiene una personalidad propia, y también distintas posibilidades de acción. Para trabajar eficazmente con un grupo, es preciso emplear los métodos más adecuados a sus características.

¿Qué es un grupo?

La palabra «grupo» tiene en el presente manual el sentido de una reunión de dos o más personas con un interés común. He aquí algunos ejemplos de grupos frecuentes en una comunidad:

- Una familia.
- Una asociación de mujeres.
- Una junta de ancianos de la aldea.
- Un club de jóvenes.
- Personal de una misma fábrica, empresa u organismo.
- Una asociación o gremio de artesanos.
- Una clase de escolares.
- Una reunión de amigos.
- Una cooperativa agrícola.
- Los usuarios de un autobús.
- Los asistentes a una ceremonia religiosa.
- Una reunión de pacientes en un dispensario.

Grupos oficiales y reuniones sin carácter oficial

Hay dos tipos principales de grupos. Los que están muy bien organizados, como las cooperativas agrícolas, son grupos oficiales. Los que no están organizados, como por ejemplo la gente que acude al mercado un día cualquiera, son reuniones sin carácter oficial.

Entre las características de los grupos oficiales cabe citar las siguientes:

- Un grupo oficial tiene un propósito u objetivo que todos los miembros del grupo conocen, aceptan y procuran alcanzar mediante la colaboración con los demás.
- Existen condiciones precisas para ser miembro del grupo, de modo que la gente sabe quién pertenece a él y quién no.
- Existen líderes reconocidos como tales (miembros del grupo que tienen la responsabilidad especial de orientar al grupo hacia el logro de sus objetivos).
- Hay actividades organizadas, como proyectos y reuniones periódicas.
- El grupo se rige por normas acatadas por sus miembros.

- Se presta atención al bienestar de los miembros.

Las personas de una reunión sin carácter oficial tienen algunas características comunes, pero no un objetivo concreto que aspiren a conseguir juntos. Así, la mayoría de los que acuden a un dispensario para niños en edad preescolar son mujeres (con sus niños); el factor común es en este caso su condición de madres y su interés por la salud de sus hijos. Por supuesto, al coincidir varias en el dispensario, es posible que emprendan una determinada tarea, tal vez una sugerida por el agente de salud.

Entre las características de las reuniones sin carácter oficial cabe citar las siguientes:

- No existe el sentimiento especial de ser miembro o pertenecer a un grupo.
- La gente entra a la reunión, o sale de ella, cuando quiere.
- Aunque en las reuniones puede haber personalidades importantes de la comunidad, no hay ningún líder. De hecho, el liderazgo recae a veces en alguien ajeno al grupo. En una clínica por ejemplo, una enfermera puede ser la líder de un grupo de pacientes.
- No suele haber ninguna actividad que haya sido planeada por los integrantes del grupo; como la gente que acude a presenciar un partido de fútbol, lo que ocurre es simplemente que han coincidido en el mismo lugar y a la misma hora.
- No hay normas especiales a las que atenerse.
- Generalmente se antepone el interés individual al bienestar colectivo.

Objetivos de los grupos oficiales

Los grupos oficiales satisfacen dos importantes necesidades:

La necesidad de realizar una tarea

En la mayoría de los grupos oficiales la gente colabora para planear proyectos, organizar actividades y resolver problemas. Una cooperativa agrícola, por ejemplo, se planteará la adquisición de nuevas herramientas. Un club social puede estar preparando una fiesta para las próximas vacaciones. La gente prefiere trabajar en grupo porque de ese modo el trabajo resulta más fácil.

La necesidad de pertenecer a un grupo

Los seres humanos necesitan sentirse apreciados y aceptados por los demás. La gente necesita también el respeto ajeno. Si las personas tienden a formar

grupos es, entre otras razones, para poder sentirse apreciadas, aceptadas y respetadas por los demás.

Un grupo tendrá éxito si sus miembros ven satisfechas esas dos necesidades. Si el grupo se revela incapaz de resolver un problema o planear un programa, los miembros pierden todo interés y lo abandonan. Si los miembros del grupo no son amables, no paran de discutir o no se preocupan del bienestar de los otros, difícilmente podrá surgir un sentimiento de identificación con el grupo. Un grupo con futuro es el que sabe acoger a sus miembros y, al mismo tiempo, unirlos en un esfuerzo colectivo para alcanzar los objetivos propuestos.

Cite todos los grupos oficiales que recuerde en su comunidad. ¿Conoce usted la finalidad u objetivo de cada uno de esos grupos? ¿Quiénes son sus líderes? ¿Qué hay que hacer, o ser, para ser miembro? ¿Puede distinguir a los miembros de los que no lo son? Cite algunas de las actividades organizadas por esos grupos. ¿Conoce algunas de las normas impuestas por los grupos a sus miembros?

Cite ejemplos de grupos o reuniones sin carácter oficial que haya observado en su comunidad. ¿Qué rasgos comunes comparten las personas de esos grupos? ¿Hay intereses comunes en los que poder basar un programa de educación?

El comportamiento en los grupos oficiales

El que un grupo sea un éxito o un fracaso depende en parte del comportamiento de sus miembros. Pasemos ahora a analizar dos tipos totalmente opuestos de comportamiento de grupo.

Comportamiento problemático

Examinamos el siguiente ejemplo:

Hace dos años se creó el Comité de Salud de Unidad. Sus miembros pensaron al principio que, si trabajan juntos, podrían identificar y resolver algunos de los principales problemas de salud de la comunidad. Fijaron, por lo tanto, para el año, una serie de objetivos prioritarios:

Aumentar la asistencia a los dispensarios para niños en edad preescolar.

Vacunar al doble de niños.

Conseguir que todas las madres dispusieran de cartillas de salud para sus hijos en edad preescolar.

Aún no han conseguido ninguno de esos objetivos.

En una de las reuniones, el líder del grupo dice «A nuestra última reunión sólo acudieron la mitad de los miembros. Nunca conseguiremos nada si la gente no se compromete seriamente a venir a las reuniones. Hoy hemos de decidir cómo lograr que la gente acuda más a menudo al dispensario. No podemos esperar que aumente la cobertura de vacunación si las madres no acuden al dispensario.»

A interviene: «Creo que deberíamos conseguir prestada una furgoneta equipada con altavoz para informar a las madres acerca del dispensario».

B le responde: «Esa idea es un disparate. Te das cuenta que tendríamos que ir hasta la sede del distrito a pedir la furgoneta, y el transporte hasta allí es muy caro».

A decide no intervenir más; le ha molestado que su idea fuera tachada de disparate en público. No vuelve a hacer ninguna propuesta durante el resto de la reunión.

El líder pregunta si a alguien se le ocurre otra idea. C sugiere: «Visitemos a las madres puerta a puerta para animarles a que acudan».

B responde de nuevo: «Eso llevaría demasiado tiempo, y ya sabes que todos tenemos mucho trabajo. Yo he tenido que dejar mis asuntos para venir a esta reunión. No nos hagamos perder el tiempo con tonterías».

C se enoja. Le dice a B: «No haces más que criticar las ideas de los demás. ¿Por qué no sugieres tú algo mejor?» Inmediatamente empiezan a discutir los dos. El líder, al cabo de 15 minutos, intenta calmarlos. Al final, C y algunos de sus amigos se levantan y abandonan la reunión.

El comportamiento de los miembros de este grupo está conduciéndolo al fracaso. B habla demasiado y siempre para criticar, pero nunca dice nada útil; hace que los demás se sientan molestos. A desiste, y al optar por el silencio ya no puede contribuir a resolver el problema. C se irrita fácilmente; en lugar de enfrentarse con los problemas del grupo, prefiere marcharse. Otros miembros no muestran el menor interés, muchos ni acuden siquiera. El líder no sabe cortar las discusiones estériles y, en lugar de ayudar a las dos partes a allanar sus diferencias inmediatamente, permite que sigan peleándose.

Comportamiento positivo

Examinemos ahora el comportamiento de las personas que forman el Comité de Salud de Progreso:

El año pasado la comunidad se enfrentó con graves problemas cuando el estanque principal se quedó sin agua durante tres meses. El comité de salud acaba de convocar una reunión para encontrar una solución definitiva al problema del agua. El líder comienza la reunión diciendo «Me alegra ver que sois muchos los que habéis podido venir y que todos habéis sido puntuales; así podremos hacer un buen trabajo. No veo a D, ¿alguien sabe dónde está?»

«Su mujer está enferma, así que la acompañó al dispensario», explica E. Entonces otro miembro, F, sugiere «Podríamos ir a su casa después de la reunión a ver cómo se encuentra». Todos están de acuerdo.

A continuación el líder recuerda al grupo el motivo de la reunión y pregunta si hay propuestas para mejorar el abastecimiento de agua de la comunidad. Se sugiere «Podríamos cavar un gran pozo comunitario».

H responde: «Gracias por la idea. Un pozo sería una gran ayuda si pudiéramos permitirnoslo. ¿Qué opina nuestro tesorero?»

El tesorero informa al grupo: «Precisamente ahora tenemos muy poco dinero. Me gustaría saber dónde poder encontrarlo. Es posible que *J* tenga alguna idea: hace poco ha visitado a su tío, que vive en un pueblo donde acaban de construir un profundo pozo nuevo.»

La aludida responde: «Los agentes de desarrollo de la comunidad del pueblo de mi tío le hablaron de un programa especial de concesión de préstamos a comunidades para proyectos de autoayuda. Quizá podríamos pedir también un préstamo».

«Es una buena idea» interviene *E*. «Yo mismo puedo ir a visitar a nuestro agente de desarrollo de la comunidad a ver si sabe algo sobre préstamos».

¿Qué ejemplos de buen comportamiento advierte usted en este grupo? Piense primero y luego compruebe a) si sus respuestas coinciden con los tipos de comportamiento servicial enumerados más adelante; b) si tiene algo más que añadir a la lista:

Ejemplos de comportamiento servicial:

- Hacer sugerencias.
- Animarse mutuamente a hablar.
- Responder con educación a las sugerencias de los demás.
- Procurar que todos los puntos queden claros.
- Suministrar información.
- Mostrar interés unos por otros.
- Ofrecerse voluntariamente a realizar un trabajo.
- Asistir a las reuniones con regularidad y puntualidad.
- Agradecerse unos a otros sus opiniones y propuestas.

Conflictos en los grupos

Es normal que existan desavenencias entre las personas que forman un grupo. Tanto en el Comité de Salud de Unidad como en el de Progreso surgieron conflictos o puntos de vista divergentes sobre las soluciones más adecuadas para sus problemas. En el Comité de Unidad algunas personas renunciaron y no llegaron a exponer con detalle sus opiniones. Otras discutieron acaloradamente. Y, otras, en fin, abandonaron la reunión. Un comportamiento de esa índole no contribuye a resolver los problemas.

En el Comité de Progreso los miembros discutieron el problema. Todos intervinieron, nadie se irritó y había un clima favorable al intercambio de opiniones. Al final, gracias a la discusión, surgieron varias ideas aceptables y el problema quedó resuelto por el momento.

Al final de este capítulo se incluye una sección sobre cómo se celebran una reunión. En ella se da más información sobre el comportamiento de grupo, por ejemplo sobre cómo adoptan los grupos sus decisiones (página 167): los métodos utilizados por un grupo para adoptar decisiones pueden contribuir tanto a resolver los conflictos como a agravarlos.

El valor de la educación en grupo

La utilización del criterio de grupo para educar a la gente presenta diversas ventajas. En primer lugar, el grupo aporta ayuda y estímulo. Mantener un comportamiento saludable no siempre es fácil. En un grupo es posible encontrar el apoyo y la motivación necesarios para fomentar y mantener prácticas saludables.

En segundo lugar, el grupo permite intercambiar conocimientos y técnicas. Todos aprenden unos de otros. Si uno de los miembros del grupo ha ensayado una idea original y ha comprobado que es válida, la experiencia adquirida por esa persona puede ser de gran ayuda para los otros miembros del grupo.

Por último, trabajar en grupo permite mancomunar los recursos de todos los miembros. Es posible que una familia no tenga suficiente dinero para cavar un pozo, pero varias familias tal vez puedan reunir la suma necesaria. Los miembros de un grupo pueden ofrecer dinero, trabajo o materiales para ayudar a otros que atraviesan una crisis personal o familiar, o para fomentar la salud de la comunidad mediante proyectos como la mejora del saneamiento.

En resumen, puesto que hay problemas que un individuo por sí solo difícilmente puede resolver, el criterio de formar grupos es muy útil para la educación sanitaria.

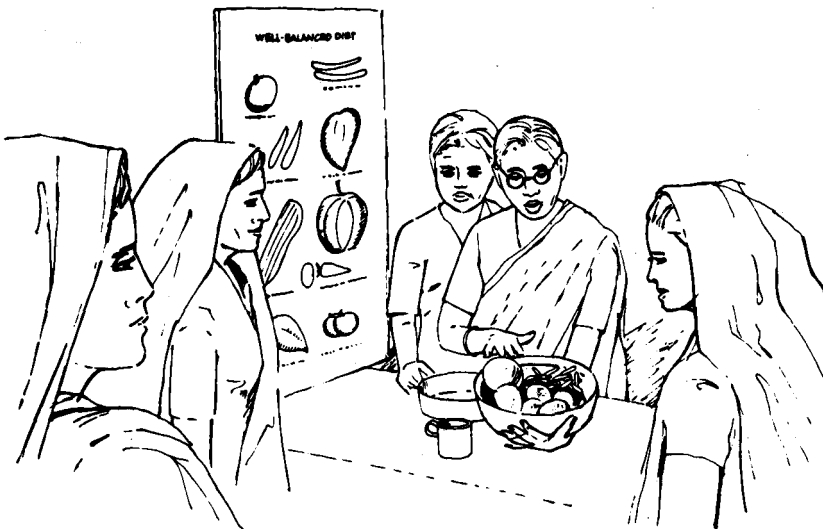
Examinemos ahora qué medidas hay que tomar antes de poder planear actividades de educación sanitaria con diferentes tipos de grupos.

Educación en reuniones sin carácter oficial

Si se trata de un grupo sin carácter oficial lo primero que hay que hacer es averiguar cuales son los intereses y necesidades comunes de sus miembros. A las mujeres que van al mercado, por ejemplo, lo que más les preocupa es obtener alimentos de buena calidad a un precio razonable. La educación sanitaria en grupos sin carácter oficial debe basarse en los intereses comunes de sus miembros, cualesquiera que sean. Un tema de interés general para las mujeres que van a comprar al mercado podría ser «preparar comidas baratas y nutritivas».

Como usted no sabrá, por lo general, quiénes integran esos grupos sin carácter oficial, tal vez tenga que averiguar sus necesidades por medios indirectos, por ejemplo examinando historias clínicas. Eso es lo que se hizo en el ejemplo de programa descrito más adelante.

Otro aspecto problemático de la educación de grupos sin carácter oficial es que los miembros tal vez no se conozcan bien entre ellos. Es preciso favorecer las relaciones y fomentar la participación. Hay que procurar que la gente se sienta bien recibida. Ponga Ud. de manifiesto sus intereses y necesidades comunes.



Esta agente de salud está dando una sesión de educación sanitaria a una reunión de mujeres en el dispensario. El agente de salud puede utilizar diversos métodos y material auxiliar en el programa: carteles, demostraciones, cuentos, proverbios, etc.

Un ejemplo de programa educativo

Sigue a continuación un ejemplo de programa educativo destinado a madres que acuden a un dispensario para niños en edad preescolar. En la columna de la izquierda aparecen las actividades y comentarios del agente de salud que presenta el programa, mientras que en la de la derecha se justifican esas actividades. Se supone que el agente de salud ha preparado de antemano todo el material que necesitará a lo largo de la presentación.

Ejemplo de programa educativo preparado para madres que acuden a un dispensario para niños en edad preescolar

<i>Tema:</i>	Tratamiento de la diarrea en el hogar	El tema debe guardar relación con los intereses y necesidades del grupo objeto del programa. Las historias clínicas habrán revelado probablemente que la diarrea es un problema común. El tema es también sencillo, y eso facilita el aprendizaje.
<i>Hora:</i>	Pronto, antes de que los agentes de salud empiecen a visitar a los pacientes	Es una hora en la que la gente presta atención. Así acude más gente y hay menos interrupciones.
<i>Duración:</i>	Prevista entre 20 y 30 minutos	Es una reunión breve, para evitar que la gente se aburra. Si la presentación dura demasiado las madres empiezan a impacientarse pensando que se les va a pasar el turno de visita con el agente de salud.
<i>Formato:</i>	Variado	El programa resultará más interesante si se emplean varios métodos educativos, como por ejemplo los cuentos y las demostraciones prácticas. Es posible, también, repetir las mismas ideas de diferente forma, lo que ayuda a la gente a entenderlas y recordarlas.

Primeras palabras del agente de salud

«Buenos días, espero que todos sus familiares estén bien.»

Estos primeros comentarios sientan las bases de una relación de cordialidad y de una atmósfera amistosa. Si la gente se siente bienvenida estará más dispuesta a participar e intercambiar ideas.

Utilización de un cartel

« Hoy vamos a discutir un problema que padecen muchos niños. »
El agente de salud muestra un cartel o foto de una niña que acaba de expulsar heces líquidas.

La utilización de un cartel sencillo con una sola idea contribuye a aclarar el tema que se va a tratar.

« ¿Qué se ve en la foto? »

Las preguntas inducen a la gente a pensar y participar.

Las madres pueden decir :

- la niña está enferma ;
- la niña está haciendo de vientre ;
- la niña tiene diarrea.

Los comentarios de las madres le permitirán apreciar si el cartel ha transmitido correctamente la idea deseada.

« Gracias por sus comentarios. Sí, la niña está enferma, tiene diarrea. »

Las palabras de agradecimiento por las intervenciones alientan a la gente a seguir participando y aprendiendo.

« Hablamos de diarrea cuando un niño tiene deposiciones líquidas 3 ó 4 veces al día. » ¿ Es eso lo que ustedes entienden por diarrea en su idioma ?

Cerciórese de que la comunicación es clara y de que todo el mundo comprende lo que se entiende por diarrea.

Las madres responden y explican.

Tenga en cuenta los factores culturales y utilice el vocabulario local para comunicar ideas.

« ¿ Alguno de sus hijos ha tenido diarrea alguna vez ? »

Cerciórese de que el tema guarda relación con las necesidades e intereses del grupo.

Muchas mujeres asienten con la cabeza y levantan la mano.

Hay que crear un vínculo de intereses entre los miembros del grupo.

« Sí, es un problema que todos compartimos. Hoy veremos entre todos cómo podemos solucionar los problemas de diarrea de nuestros niños. »

Haga saber a las madres que pueden participar en la solución de sus propios problemas.

¿ Alguien sabe lo que debe hacer una madre cuando su hijo tiene diarrea ?
Posibles respuestas de las madres :

- llevar al niño al dispensario ;
- darle infusiones de hierbas ;
- obligar al niño a hacer reposo ;
- pedir ayuda a la abuela.

Reúna información sobre las creencias, conocimientos y experiencias de las madres. Piense en posibles soluciones. Anime a la gente a participar para que capten bien el problema.

« Gracias por todos esos comentarios. Es cierto que un niño con diarrea necesita tomar líquidos. Pero la niña necesita también alimento y reposo. Si la diarrea no se detiene rápidamente,

Al utilizar las ideas expresadas por los miembros del grupo usted muestra que reconoce su participación en la solución de sus problemas y que respeta y valora sus opiniones.

hay que venir al dispensario.
Acuérdense de esto porque dentro de unos minutos volveremos a hablar de ello.»

Utilizar los relatos

«Ahora voy a contarles la historia de dos mujeres que conozco cuyos hijos tenían diarrea.

Se trata de dos vecinas: las Sra. Akpan y la Sra. Oke. La Sra. Akpan es costurera, y la Sra. Oke vende alimentos. La hija de la Sra. Akpan, Grace, y la hija de la Sra. Oke, Bisi, suelen jugar juntas.»

«La semana pasada, mientras jugaban, las niñas vieron unos frutos en el suelo y se los comieron. Al poco tiempo las dos tenían diarrea. La Sra. Akpan se alarmó al ver las heces líquidas de su hija Grace. Pensó: “con la cantidad de agua que está perdiendo en las heces debería darle algo de beber y de comer para reponer lo que ha perdido.”»

Los relatos son un método educativo sencillo que despierta el interés de la gente y la obliga a pensar. Recuerde esto: no debe utilizar nombres reales. Conviene utilizar varios métodos. Hasta ahora, en nuestro caso, se han utilizado un cartel y un evento. Los métodos utilizados deben:

- resultarles familiares a la gente;
- ser fáciles de obtener o de fabricar;
- fomentar la participación.

«Así que la Sra. Akpan le dio a Grace zumos de frutas, sopas, agua potable y otros tipos de líquidos. Y para comer le dio alimentos blandos como gachas y plátanos. La diarrea no tardó en atenuarse.»

Mencione las bebidas y alimentos disponibles en la localidad. El agua de arroz y el agua de coco son otros ejemplos de bebidas apropiadas para estos casos. Los pomelos y otros frutos cítricos pueden ingerirse como alimentos sólidos.

«Al día siguiente, la Sra. Akpan llevó a Grace al dispensario. Tras examinar a Grace, el agente de salud le dijo a su madre que la niña ya estaba bien y que debía continuar tomando zumos, como lo había estado haciendo. En caso de que al día siguiente reaparecieran las molestias, debería volver a llevarla al dispensario.»

Ensalzar y fomentar los comportamientos saludables.

«De vuelta de la clínica, la Sra. Akpan se encontró a la Sra. Oke, que corría llevando a Bisi en brazos. La Sra. Akpan se apresuró para ayudarlo y le preguntó qué había ocurrido.

La Sra. Oke le dijo "Ayer Bisi empezó a tener diarrea. Creía que debía hacer algo, pero los abuelos me dijeron que la dejara tranquila, que puesto que estaba expulsando tanto no debía darle nada de comer ni de beber. Eso es lo que he hecho, pero la niña sigue con diarrea. Y ahora mira, Bisi está deshidratada y débil" ».

«Bisi se encontraba tan débil y deshidratada que no podía ni siquiera tragar; el agente de salud tuvo que utilizar una aguja para administrar a Bisi una solución especial (el agente de salud les enseña ahora a las madres un gotero de muestra). Bisi permaneció en el dispensario durante un par de días. Ahora, por fortuna, tanto Bisi como Grace se encuentran bien y vuelven a jugar juntas.»

Conviene enseñar un gotero para demostrar cómo funciona el gota a gota y resaltar que habría sido innecesario si la madre hubiese practicado los primeros auxilios con líquidos que tenía en casa.

Discusión del relato

«Veamos qué nos sugiere, qué nos enseña esta historia.»

La discusión de un relato ayuda a la gente a reflexionar sobre lo que acaban de oír. Así captan más claramente su significado.

Posibles respuestas de las madres:

- los niños con diarrea necesitan agua;
- debemos ayudar a los niños inmediatamente;
- los niños no deben comer los frutos que encuentren por el suelo.

La gente aprovecha más lo aprendido si llega a una conclusión por sí misma. Las ideas discutidas tendrán así un mayor valor.

«¿Por qué estaba Bisi tan deshidratada y débil?»

«¿Que deberá hacer la Sra. Oke si Bisi vuelve a tener diarrea?»

«¿Cómo deberá explicarle la Sra. Oke todas estas cosas a los abuelos que tiene en casa?»

Es posible encontrar otros ejemplos de preguntas para inducir a las madres a reflexionar. Permita que sean varias las personas que tengan ocasión de responder después de cada pregunta.

«Así, gracias a este relato hemos aprendido que el niño con deposiciones frecuentes pierde mucha agua. Hay que hacer algo rápidamente para reponer esa agua. Recuerde lo secas y poco sabrosas que se vuelven las naranjas cuando lleva mucho tiempo sin llover.»

Resumir el sentido de la historia ayuda a recordarla más tarde.

Un sencillo ejemplo basta para dejar claro el mensaje.

Para no secarse, las naranjas necesitan lluvia, y nuestros hijos, agua. »

« La Sra. Akpan reaccionó rápidamente. Lo más importante que debe hacer una madre es averiguar si su hijo está deshidratándose. He aquí algunos signos para comprobarlo :

- tres o más deposiciones líquidas en un sólo día ;
- sed mayor de la normal ;
- orina escasa y oscura ;
- ojos hundidos ;
- sequedad de boca y lengua ;
- respiración acelerada ;
- la piel pellizcada recupera la forma con más lentitud de lo normal.

Si su niño tiene diarrea y presenta alguno de estos signos, llévalo inmediatamente al agente de salud. »

Conocer las propias limitaciones es importante. Haga hincapié en las tareas que la madre puede realizar por sí sola, y señale claramente los problemas que requieren la intervención del agente de salud.

Participación activa

El agente de salud invita a una de las madres a realizar con su hijo una demostración. Exploran conjuntamente al niño : los ojos, la boca, la respiración, y comprueban lo que ocurre con la piel después de pellizcarla.

Conviene pedir a la madre que haga la prueba por sí misma ; eso facilitará el aprendizaje.

« Ahora prueben ustedes a examinar a su niño. Pellízquenle la piel y observen cuánto tarda en recuperarse. »

Todas las madres pueden poner así en práctica los conocimientos que acaban de aprender, mientras el agente de salud cuida de que lo hagan correctamente.

El agente de salud observa cómo realizan las madres el examen de sus propios hijos.

« ¿ Puede alguien recordarnos en qué debe fijarse la madre para averiguar si su hijo está deshidratándose ? »

La repetición y las preguntas ayudan a memorizar las cosas.

Después de escuchar las respuestas, procurando siempre alabar las correctas, el agente de salud podría preguntar « ¿ Qué hay que hacer si el niño presenta alguno de esos signos ? »

Muestre su agradecimiento ante las intervenciones y respuestas más acertadas y aprovéchelas para preguntar a los demás si están de acuerdo o tienen algo que añadir.

El agente de salud da las gracias a todas las madres que responden y luego añade: « Por favor, díganme qué líquidos o bebidas le darían a su hijo o hija si tuviera diarrea ».

Algunas madres citan la leche o sopas con especias. El agente de salud puede detenerse aquí a explicar por qué esos alimentos no son convenientes, procurando evitar que se vea en sus palabras una crítica a las madres que han dado esa opinión.

Ante una respuesta incorrecta, pida otras opiniones hasta que alguien sugiera la idea apropiada.

« Ahora díganme, por favor, qué alimentos puede tomar un niño que sufre diarrea. » Se desaprobará amablemente cualquier alusión a alimentos que puedan ser mal aceptados por el estómago del niño (alubias o cereales de grano entero)

Invite a las madres a participar en la busca de soluciones.

Demostración

« Recuerde que la Sra. Akpan dio a Grace zumos de fruta y sopas. Ambas cosas poseen agua y otros componentes que procuran al niño fuerza y energía. Voy a mostrarles cómo preparar una bebida sencilla que aporte a sus hijos el agua, la fuerza y la energía necesarias en caso de diarrea. »

Las demostraciones son muy útiles cuando hay que difundir conocimientos prácticos. Hablar no es suficiente; hay que insistir en la importancia de la autoayuda; ese es el objetivo de la educación.

Antes de proceder a la demostración se da una explicación para que los asistentes sepan qué se va a hacer y por qué motivo.

« Se necesita lo siguiente:

- varios tazones
- agua hervida (y enfriada)
- azúcar
- sal de mesa
- naranjas, si las hay, para dar sabor. »

De ser posible, utilice productos locales que la gente pueda identificar y adquirir fácilmente. Hágase con cantidades suficientes para que todas las madres tengan la oportunidad de practicar lo aprendido.

« Denle al niño esta bebida cada vez que tenga deposiciones líquidas. »
« Ahora observen cómo mezcla los ingredientes. »

Cada uno de los pasos de la demostración se acompañará de una explicación para que la gente lo entienda.

« Primero echo agua hervida en un tazón limpio. El agua también debe estar limpia pues de lo contrario la diarrea podría agravarse. »

Al tiempo que se dan explicaciones, se mostrará el tamaño apropiado de la taza o tazón (aproximadamente un tercio de litro).

« Segundo, añadimos una cucharada de cuatro dedos de azúcar. »

La proporción de sal y azúcar varía de un país a otro. Entérese de qué mezcla suele emplearse en la zona.

« Tercero, añadimos una pizca de sal; la medida equivale a la que se coge juntando tres dedos. No añada más. »

« Cuarto, si tenemos a mano una naranja, le añadimos el zumo a la bebida para hacerla más sabrosa. »

« Por último, agitamos para que no queden restos de sal y azúcar en el fondo del tazón. Y ahora se lo damos a beber al niño poco a poco. »

Es preciso que el agente de salud beba la solución preparada; así la gente comprueba que no puede ser mala.

« Bebiéndose uno de estos tazones cada vez que tienen deposiciones líquidas, los niños no pierden demasiada energía y se recuperan más rápidamente. Deje que el niño beba todo lo que le apetezca; no lo alimenten a la fuerza. »

Si se resume la finalidad de la demostración, la gente podrá recordarla fácilmente.

« ¿ Desean hacer alguna pregunta ?
¿ Quieren que repita alguna de las fases ? »

Pedir al grupo que haga preguntas ayudará a esclarecer algunos puntos y a cerciorarse de que han sido entendidos.

« Ahora, ¿ puede una o dos de ustedes venir a la mesa y tratar de preparar esa bebida ? Y a medida que vayan preparándola nos explican lo que están haciendo. »

Para aprender una técnica hay que practicarla.

« Mientras tanto las demás pueden hacer sugerencias. »

Hay que vigilar para estar seguro de que lo están haciendo todo correctamente.

Las madres probarán la bebida que han preparado. «¿Qué sabor tiene? ¿Desea alguien más salir a prepararla?»

Es importante que practique al mayor número posible de personas. De ese modo se comprueba si efectivamente han aprendido lo que se les ha explicado.

Lo que acaban de aprender les será muy útil si alguno de sus hijos o hijas enferma. Pero deben saber también que hay muchas enfermedades que pueden causar diarrea. Casi siempre, bastará con dar a beber al niño esa solución cada vez que sus deposiciones sean líquidas para que la diarrea desaparezca en 24 horas; pero si no es así deberán llevarlo al agente de salud, y éste les dará los medicamentos necesarios para curarlo.

Cuando se enseña un método es muy importante que la gente sepa cuáles son sus limitaciones. Aquí se enseña a las madres a luchar contra una simple diarrea, no a curar una enfermedad. Igual que los agentes de salud de la comunidad aprenden que hay ciertos problemas que deben transferir al personal de salud con más experiencia, a estas madres se les enseña en qué casos deben solicitar ayuda del agente de salud.

Conclusiones

Antes de acabar por hoy, ¿desean preguntar algo más acerca de lo que hemos visto y comentado?

Cerciórese de que la gente ha entendido perfectamente todo lo explicado.

«¿Recuerdan esta imagen?» (alzando el cartel mostrado al principio). «¿Qué deberá hacer la madre de este niño?»

Conviene repasar el tema mediante una ayuda visual, pues eso contribuye a que la gente capte el problema más claramente.

Espera a que respondan

«¿Puede alguien recordarnos cómo se prepara la bebida especial para niños con diarrea?»

Hacer preguntas equivale de hecho a evaluar lo que ha aprendido la gente.

«¿Con qué frecuencia hay que administrar esta bebida?»
«¿Qué debe hacerse si al cabo de un día persiste la diarrea?»

Si ha sabido usted organizar bien el programa, las participantes habrán aprendido mucho y serán capaces de responder a todas sus preguntas.

A las respuestas correctas, responda con un «Gracias, así es. Usted sería de gran ayuda a su hijo». Ante una respuesta incorrecta, pregunte «¿Están de acuerdo las demás, que otras opiniones hay?»

Elogjando las respuestas correctas se ayuda a la gente a recordar y valorar lo que han aprendido. Evite poner en situación embarazosa a quienes no respondan correctamente.

«¿Qué otras cosas creen que debe comer y beber el niño?»

Indague entre las asistentes hasta encontrar una respuesta acertada.

Utilización de canciones

« Para terminar, una canción. Fíjense bien: "El niño sano necesita agua para no enfermar; y el enfermo también para volver pronto a jugar." »

En muchas culturas, acabar con una canción pone una nota de alegría y permite, además, aprovechar para recalcar alguna idea básica.

« Ahora cantaremos todos. ¿A alguien se le ocurre cómo podría continuar la canción? Cántenla varias veces. »

Al invitar a todo el mundo a cantar se fomenta la sensación de pertenencia al grupo.

« Muchas gracias a todos por su asistencia. Con lo que han aprendido sus hijos estarán mucho más seguros y sanos. »

Es importante mantener una relación positiva hasta el último momento. De ese modo la gente valora lo que acaba de aprender, se siente contenta y piensa en volver de nuevo.

« Recuerden el proverbio: "Donde hay agua, hay vida." »

El proverbio debe inscribirse en la cultura local y resultar familiar a los asistentes; debe mostrar cómo las ideas y técnicas nuevas aprendidas guardan relación con los valores locales.

« Saluden de mi parte a sus familias. Espero que todos sigan bien hasta nuestra próxima reunión. Adios. »

Atender las necesidades individuales

Al educar a la gente en grupos como el que acabamos de describir, no siempre es posible atender las necesidades de todos y cada uno de los individuos. Si fomenta Ud. la participación, como en el ejemplo anterior, intervendrán muchas personas, pero tal vez no tenga usted tiempo de ocuparse de las necesidades y preguntas de cada una de ellos.

Supongamos, por ejemplo, que una de las madres del grupo tiene viviendo en casa a los abuelos, y que éstos están firmemente convencidos de que un niño con diarrea no debe comer ni beber nada. Es posible que la madre no se atreva a contarle a los abuelos lo que ha aprendido; si es así, probablemente no se decidirá a ponerlo en práctica hasta que reciba algún consejo individual o la visita domiciliaria del agente de salud.

No olvide decirle a los miembros del grupo que pueden realizar consultas particulares después de la reunión o en cualquier otro momento, y que si tienen algún problema o preocupación especial pueden, si quieren, explicárselo en privado. En ese caso debe usted emplear los métodos educativos más idóneos para intentar resolver el problema individualmente. El consejo es uno de esos métodos, y ya se expuso en el capítulo 4.

Educación en grupos oficiales

Con los grupos oficiales es posible planear más y más diversos programas educativos. Ello se debe a que esos grupos tienen objetivos e intereses muy definidos, líderes reconocidos que pueden movilizarlos, y un compromiso de reunirse de forma regular para adoptar decisiones. Como los miembros se conocen, es posible contar con una mayor cooperación de su parte para planear y ejecutar un programa.

Identificar las necesidades

Como sabemos quiénes son los miembros de un grupo oficial, podemos preguntarles cuáles son sus necesidades.

Supongamos que hay en la comunidad una asociación de pescadores. Con una simple visita al grupo el agente de salud podrá enterarse de muchas de sus necesidades. Por ejemplo, pueden decir:

« Dos pescadores se ahogaron el año pasado, así que nos gustaría aprender técnicas de salvamento y de protección de los trabajadores del mar. »

« Con frecuencia nos hacemos cortes en las manos al limpiar y manipular el pescado. Cuando la herida se infecta y duele es imposible trabajar bien. »

« Necesitamos redes nuevas. Las que tenemos han sido reparadas ya muchas veces; necesitamos otras más resistentes. »

« Una gran parte del pescado se nos echa a perder antes de llegar a los puntos de venta en la ciudad. Necesitamos medios de almacenamiento y transporte más adecuados. »

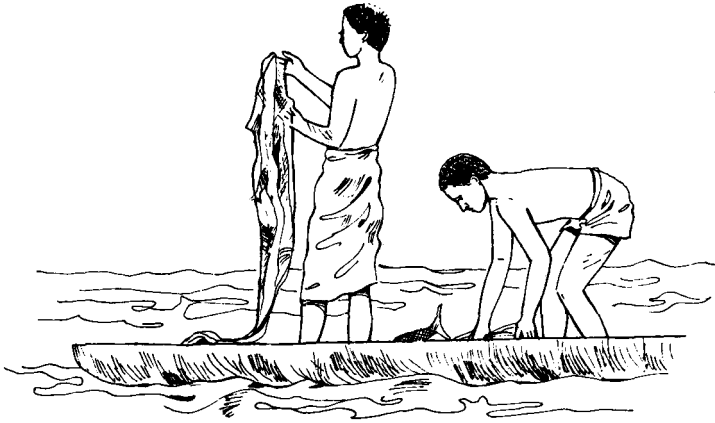
« Queremos aprender a leer y escribir para que no nos engañen cuando vamos a la ciudad a vender el pescado y comprar provisiones. »

« Las infecciones y los dolores de oído nos causan muchos problemas. »

Es posible planear, con la asociación de pescadores, programas educativos que comprendan cursos sobre prevención de accidentes en el mar, discusiones sobre los recursos necesarios para el desarrollo económico y reuniones sobre promoción en general de la salud en la comunidad.

Asistencia a las reuniones de un grupo oficial

No es posible pertenecer a todos los grupos que existen en una comunidad. Por eso, cuando se asiste a alguna de las reuniones de uno de esos grupos se suele participar desde la calidad de espectador. Para lograr la cooperación de un grupo en programas educativos y de salud, es preciso que sus miembros le conozcan y confíen en usted.



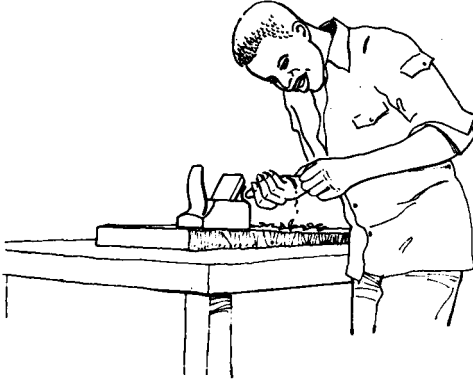
Estos hombres pertenecen a una asociación de pescadores.

Antes de asistir a una reunión, conviene visitar a los líderes. Explíqueles lo que puede enseñar y entérese de si la oferta podría beneficiar realmente al grupo. Si estiman que la oferta puede ayudar al grupo a resolver alguno de sus problemas, los líderes le invitarán probablemente a exponerla a la totalidad del grupo, o tal vez le digan que informarán al grupo sobre el asunto. Una vez que el grupo haya discutido sus propuestas, los líderes se pondrán en contacto con usted. Naturalmente es preferible que sea usted quien exponga directamente las propuestas al grupo, pero conviene que no vaya nunca a una reunión a no ser que le hayan invitado. Siga mostrando interés por el grupo y, con el tiempo, los líderes llegarán a confiar en usted lo suficiente como para invitarle a una reunión, siempre y cuando no lo impidan las normas del grupo.

Siempre que acuda a una reunión, muéstrese respetuoso con los miembros del grupo. Los líderes le asignarán probablemente un turno para hablar, ocasión que deberá aprovechar para presentar las ideas con claridad y sencillez. No obligue al grupo a perder el tiempo. Y no se sorprenda si, una vez debatidas sus propuestas, le piden que se vaya: a veces hay asuntos privados que prefieren no discutir en presencia de extraños.

Pero si sigue con ellos hasta el final de la reunión, no haga comentarios sobre otros puntos del orden del día del grupo, a no ser que los líderes así se lo pidan expresamente. Una vez que le conozcan y comprueben que usted les respeta, los miembros del grupo empezarán probablemente a interesarse por su opinión más a menudo.

Siempre que exponga sus ideas a un grupo, recuerde que es muy importante fomentar la participación en el debate. En la página 130 puede usted encontrar algunas sugerencias útiles a ese respecto.



Los carpinteros son un ejemplo de grupo de personas con necesidades e intereses especiales. Puede organizarse un programa educativo para una asociación o un gremio de carpinteros con el fin de que sus miembros aprendan a evitar los riesgos en su trabajo.

Planeamiento de programas

Los grupos oficiales son capaces de planear sus propios programas y proyectos para resolver sus problemas. El papel del agente de salud es aquí el de ayudar a establecer prioridades, hallar los recursos necesarios y enseñar las técnicas apropiadas.

En las reuniones de grupo el agente de salud puede presentar programas educativos sencillos, como los que figuran en las páginas 116–124. Más a menudo el agente de salud alentará al grupo a aprovechar las reuniones para planear y llevar a cabo proyectos de autoayuda, o para recibir adiestramiento en técnicas de autoayuda.

Para ampliar detalles al respecto, consulte los siguientes capítulos del presente libro: capítulo 6, páginas 190–193 sobre planeamiento de proyectos; este mismo capítulo, páginas 158–159 sobre adiestramiento; este mismo capítulo, páginas 163–169 sobre organización de reuniones.

Cómo ayudar a un grupo a conseguir su objetivo

Después de trabajar un tiempo con un grupo, le resultará fácil ver si los miembros se comportan de manera que favorezca el éxito o el fracaso. Si al mismo tiempo ha sabido establecer una relación cordial y se ha ganado la confianza de los miembros del grupo, está usted en condiciones de intentar ayudarles a mejorar su comportamiento mutuo. Si los miembros se comportan como los del Comité de Unidad (páginas 111–112), es de prever que no conseguirán ninguno de sus objetivos.

Si advierte usted problemas, tales como desacuerdos, miembros no cooperativos o confusión en la adopción de decisiones, lo mejor es hablar en privado con los líderes del grupo. Averigüe cuál es, en su opinión, el motivo de las dificultades y qué han hecho para intentar superarlas. Ud. puede enseñarles cómo dirigir un grupo de forma más eficaz.

¿A qué grupos pertenece usted? ¿Puede usted recordar qué métodos han utilizado esos grupos para inducirle a cambiar de comportamiento? ¿Qué tipo de ayuda le ofrecen esos grupos? ¿Cree usted que podría mejorarse el comportamiento de los miembros de esos grupos y, en caso afirmativo, cómo?

¿Procura usted dar ejemplo con su propio comportamiento en el grupo? ¿Trata usted respetuosamente a todos los miembros? ¿Les deja hablar, les invita a expresar sus opiniones, les agradece su colaboración?

Grupos de discusión

Desde tiempo inmemorial la gente tiende espontáneamente a reunirse para intercambiar experiencias y discutir libremente. Esa interacción entre personas con diferentes puntos de vista permite a cada uno tener una visión más amplia del problema de que se trate, lo cual es siempre muy útil.

Los educadores sanitarios no han tardado en percatarse de que los grupos constituyen un escenario ideal para aprender con métodos que favorecen el cambio y la acción.

Objetivos

La discusión en un grupo permite a la gente decir lo que piensa. Pueden hablar de sus problemas, o pedir ayuda y sugerencias de otros miembros del grupo. En el grupo encuentran aliento y apoyo las personas que intentan resolver un problema y cambiar su comportamiento. El apoyo del grupo es de gran ayuda a la hora de adoptar decisiones.

Tamaño del grupo

Los grupos pequeños son los que mejor se prestan a este tipo de colaboración. En primer lugar, porque muchos de los problemas que la gente necesita resolver son personales y delicados, y la gente se resiste a plantearlos ante un grupo numeroso. En segundo lugar, es importante que todos los miembros tengan la oportunidad de hablar. Cinco personas es quizá lo más apropiado. Con más de diez personas es imposible que todos puedan hablar siempre que quieran.



Cinco es un buen número de participantes en un debate. Así todos podrán conocerse y confiar unos en otros; todos ellos tendrán la oportunidad de intervenir y discutir los problemas que comparten.

Planear la discusión

Necesidades e intereses comunes

Cualquier conjunto de personas con intereses análogos puede formar un grupo de discusión. He aquí algunos ejemplos:

- Padres de niños discapacitados.
- Mujeres con embarazos problemáticos.
- Adolescentes con preocupaciones sobre cuestiones sexuales.
- Pacientes con una enfermedad crónica, como la diabetes.

Cómo formar el grupo

Hable con la gente individualmente para saber si están dispuestos a reunirse en un grupo donde compartir sus problemas, aprender cómo otros los resuelven, buscar ayuda y, a su vez, ayudar a los demás.

Dónde celebrar las discusiones

Conviene elegir un sitio cómodo y que garantice el aislamiento. De ese modo la gente tiende a hablar con mayor libertad.

Cómo organizar la discusión

Crear relaciones

Procure que los miembros del grupo entren en contacto unos con otros. Si son del mismo pueblo o cercanías, es probable que ya se conozcan; pero no dé por

supuesta una relación estrecha. Deje un tiempo prudencial para que las personas se presenten por sí mismas. La gente se sentirá más dispuesta a expresar sus ideas en el grupo si todos se conocen.

Alentar a los demás

Incite a la gente del grupo a hablar ; y usted, procure no hablar demasiado.

Empezar por temas generales

Los grupos de discusión suelen reunirse varias veces, así que no es necesario pedir a la gente que, desde el primer momento, hable de sus problemas y preocupaciones. Una buena manera de empezar es preguntar al grupo qué idea general tienen sobre los problemas, enfermedades o preocupaciones que les afectan. Los miembros del grupo comenzarán a hacer preguntas para tratar de profundizar sobre el tema.

Haga preguntas para fomentar la participación

Más adelante, con la discusión más avanzada, puede usted hacer preguntas como estas :

- ¿ Alguna vez ha pedido ayuda para resolver su problema ? ¿ A quién se ha dirigido ?
- ¿ Tiene alguno de ustedes dificultades para seguir los consejos de los agentes de salud ?
- ¿ Podrían algunos de ustedes explicarnos cómo han intentado vencer esas dificultades ?

Varias personas harán preguntas. No intente contestar usted solo a todas ellas ; pregunte, primero, si alguien tiene ideas o sugerencias al respecto.

Fomentar la participación

Observe atentamente. Si ve que algunos permanecen callados diríjase amablemente a ellos y pregúnteles « ¿ qué opinan ustedes sobre este tema ? » Si no se suman a la discusión tras algunas invitaciones de ese tipo, no siga forzándolos ; espere a que acabe la reunión y hable con ellos en privado. Intente averiguar el motivo de su mutismo ; una vez conocidas las razones, quizá se le ocurra a usted algo para que en la siguiente reunión todo vaya mejor.

Por supuesto siempre habrá gente que hable demasiado. También aquí, como antes, procure reaccionar con amabilidad. Por ejemplo, interrumpiendo y diciendo « es una idea interesante, veamos qué opinan los demás sobre ella ». Si eso no da resultado, retenga a la persona una vez finalizada la reunión y explíquele que es necesario que todos tengan la oportunidad de intervenir.

Hora y duración

La hora y duración de las discusiones dependerá del tiempo de que dispongan

los miembros del grupo. La gente trabaja y tiene obligaciones familiares y de otro tipo. Usted mismo tiene otras cosas que hacer.

Primero pida a los miembros del grupo que fijen la hora y día de la semana que más les convenga. Probablemente no será preciso alargar las discusiones más allá de una o dos horas. Incluso aunque la gente no tenga otra cosa que hacer, si la reunión se prolonga excesivamente acabarán por cansarse y aburrirse.

Comprobar que la gente está satisfecha

Antes de que termine la reunión, pregunte a los miembros del grupo si están satisfechos en los progresos realizados por el grupo. ¿Piensan que, efectivamente, están aprendiendo? ¿Siguen considerando necesaria la existencia del grupo? ¿Desean introducir algún cambio en relación con la hora, el lugar de reunión o los temas debatidos?

Grupos de autoayuda

La vida no es fácil para las personas que se enfrentan con problemas especiales como una enfermedad crónica o una discapacidad. Necesitan el apoyo y aliento de su familia, los amigos y la comunidad, así como de los agentes de salud.

Gracias a ese apoyo pueden aprender y practicar los métodos necesarios para mejorar sus condiciones de vida.



Los padres de niños discapacitados pueden formar un club o un grupo de autoayuda.

Objetivos

Las personas afectadas por un mismo problema pueden también prestarse apoyo mutuo. Así, una persona ciega desde varios años habrá acumulado una gran experiencia en tratar de enfrentarse con la vida, y estará en condiciones de dar ánimos y consejos a otro cuya ceguera sea reciente.

Como método educativo, las discusiones en grupo son un apoyo válido para los grupos reducidos; los más numerosos se prestan a ser organizados como clubs o grupos oficiales (véase el capítulo 6, páginas 177–180). Los miembros de un club pueden obtener recursos más fácilmente que las personas que actúan por separado.

Estudio de un caso

El caso que describimos a continuación muestra cómo una enfermera comunitaria consiguió organizar un club para diabéticos.

Identificar las necesidades

El escenario es un hospital de la comunidad. En él, una de las enfermeras, Sor Li, descubrió que muchos pacientes diabéticos tenían dificultades para seguir el tratamiento recomendado. Observó que una cuarta parte de los diabéticos acudían diariamente a la clínica para el análisis de orina y la inyección de insulina. Eran incapaces de hacer eso por sí solos. La enfermera observó también que al menos cinco o seis pacientes diabéticos estaban con frecuencia en el hospital porque no se habían cuidado adecuadamente. Las historias clínicas revelaron que más de la mitad de los diabéticos no acudían a la consulta mensual en la que el médico hubiese comprobado su evolución.

Con el objeto de esclarecer el problema, se organizaron discusiones con un grupo de pacientes de la clínica. Los enfermos señalaron varios motivos que les impedían acudir cada mes a la cita con el médico: lejanía de la clínica, exigencias del trabajo, largas colas de espera en la clínica, falta de medios de transporte, responsabilidades domésticas, pocas relaciones con los agentes de salud, desconocimiento de la finalidad de las consultas en la clínica, y preferencia por la medicina tradicional.

Los pacientes que no analizaban su propia orina o no se inyectaban ellos solos la insulina invocaron las siguientes motivos para no hacerlo: que tenían miedo, que no podían comprar el material necesario, que nadie les había enseñado nunca a hacerlo, que la familia no les ayudaba, que pensaban que los agentes de salud hacían mejor esas cosas, o que no les gustaba que les vieran analizándose la orina o poniéndose ellos mismos inyecciones.

Las entrevistas individuales con los pacientes que ingresaban revelaron que aún había más problemas: falta de conocimiento de las técnicas de autoasistencia, dificultad para renunciar a alimentos desaconsejados, resistencia de los personas que vivían en casa a reconocer que estaban realmente enfermos, atribución de la enfermedad a hechizos formulados por personas perversas, sensación de estar molestando a los familiares por el hecho de necesitar comidas especiales, y deseo de estar con amigos que comen y beben normalmente.

Las entrevistas realizadas en las visitas a domicilio confirmaron que muchos de los maridos o esposas, padres u otros parientes de los diabéticos no comprendían la naturaleza de la enfermedad y veían en las necesidades del paciente una carga o una vergüenza para la familia.

Con toda esa información era posible determinar qué tipo de actividades educativas debían emprenderse para superar todas las dificultades encontradas.

Una reunión exploratoria

Una vez enterada de esos problemas, la enfermera preguntó a los pacientes y al personal del hospital si estaban interesados en hacer algo para mejorar la situación. Todos mostraron su interés, de modo que se organizó una reunión con varios pacientes, tres enfermeras y un médico. Sor Li comunicó al grupo que había oído decir que los pacientes diabéticos de otro pueblo se habían organizado y habían creado un club de autoayuda.

Tanto los diabéticos como el personal hicieron numerosas preguntas sobre esa idea del club. Sor Li explicó que el club estaría dirigido por los mismos pacientes. Estos podrían pedir programas educativos y, al mismo tiempo, enseñarse mutuamente técnicas de autoayuda y prestarse apoyo y aliento. El personal, por su parte, podría orientar a los miembros del club. La idea del club era del agrado de todo el mundo, así que el grupo acordó constituirse en comité de planeamiento de un club de diabéticos.

Suscitar interés

Los miembros del comité de planeamiento mantuvieron conversaciones y reuniones con otros pacientes los días de visita. Se aconsejó individualmente a los pacientes y se realizaron visitas domiciliarias. Se fijó una fecha para la primera reunión, y se pidió al periódico local que informara sobre el acontecimiento. Se invitó a importantes personalidades del Ministerio de Salud y de otros organismos. El local donde debía celebrarse la reunión se había preparado con adornos y carteles. Setenta y cinco diabéticos acudieron y participaron en la fundación del club; eligieron a sus líderes y empezaron a planear actividades.

Desarrollar los programas

Se decidió que el club se reuniría una vez al mes para despachar los asuntos oficiales. Las reuniones se celebrarían en una escuela local y por la tarde, para que todo el mundo pudiera acudir, incluso los agentes de salud.

Los miembros decidieron también que era necesario organizar un programa educativo. Así, se estableció que, durante un periodo de dos meses, cada miércoles se realizarían sesiones de adiestramiento inmediatamente antes de las horas habituales de visita. Los pacientes aprenderían nociones sobre la dieta a seguir, los análisis de orina, cómo inyectarse ellos mismos la insulina y otras técnicas de autoayuda.

Pacientes con experiencia y miembros del personal se ofrecieron voluntariamente como instructores. Acordaron también aconsejar individualmente a los pacientes que lo necesitaran. Se realizarían además sesiones de consejos con todos los pacientes diabéticos nuevos para ayudarles a comprender la naturaleza de su enfermedad y los cambios de comportamiento que exige. También se daría consejo a los pacientes con dificultades para seguir las recomendaciones del médico.

Los miembros del club y el personal de salud coincidieron también en la necesidad de realizar visitas domiciliarias para alentar a las familias de los pacientes a prestarles el apoyo que necesitaban en casa.

Evaluación

Transcurridos dos meses, el club decidió aprovechar una de las reuniones para analizar los progresos realizados. Al parecer, todos excepto dos pacientes eran capaces de analizarse la orina e inyectarse la insulina por sí solos. Casi todos los pacientes acudían con regularidad a la consulta mensual en la clínica. Por entonces, sólo uno de los pacientes se hallaba hospitalizado. Así pues, gracias a los esfuerzos de autoayuda, los pacientes diabéticos habían conseguido modificar su comportamiento y mejorar su salud.

Se trata de examinar este caso concreto, así que procure estudiarlo detenidamente. ¿Aprueba usted la iniciativa del personal de salud y los pacientes? ¿Podrían haber hecho otra cosa, tal vez algo mejor? ¿Podría funcionar un club de ese tipo en su comunidad? ¿Qué tipos de clubs de autoayuda se le ocurren? ¿Qué aspectos del club del ejemplo habría que modificar para que encontraran aceptación en su comunidad? Y al contrario ¿qué aspectos podrían aprovecharse sin cambio alguno?

Cite algunos de los métodos empleados por la enfermera para reunir la información que le confirmó que la iniciativa de crear el club respondía a intereses y necesidades reales. ¿Qué métodos utilizó para fomentar la participación? ¿Qué otras actividades educativas podría organizar el club? ¿Qué conclusiones pueden sacar los miembros del club de la evaluación realizada?

La escuela

La escuela es un centro excelente para la educación sanitaria. Coinciden en ella grupos de estudiantes y de maestros. El maestro es el recurso humano esencial que puede desempeñar un importante papel en la atención primaria de salud y en la educación sanitaria. A la escuela acuden en ocasiones los padres para enterarse de los progresos realizados por sus hijos y para participar en reuniones con los maestros.

Enseñar a los niños cuestiones de salud

Es necesario que los niños adquieran los conocimientos teóricos y prácticos apropiados y desarrollen las actitudes y los valores que permitan mejorar su salud. Deben ser capaces de prevenir los problemas más corrientes que se plantean en su comunidad, y es preciso también que sepan qué hacer si caen enfermos. Los niños necesitan algo más que información: deben aprender métodos prácticos de autoayuda.

La educación sanitaria puede formar parte de muchas otras disciplinas. Así, en una clase de ciencias, al hablarles a los niños sobre los insectos y las plantas se puede tratar de los insectos que transmiten enfermedades y de los medios de prevención de esas enfermedades. También pueden aprender a cultivar plantas, y a distinguir las que son buenas para la alimentación.



El cuidado de un jardín es una actividad muy instructiva para una clase escolar o un club comunitario. El resto de la comunidad también puede aprender nuevas ideas y técnicas en un jardín bien atendido.

En las clases de lengua, los niños pueden leer cuentos y representar obras que tengan le salud como argumento. Y a la hora de hacerles deletrear palabras, emplear términos relacionados con la salud y la enfermedad.

En las clases de historia pueden aprender quiénes fueron los hombres y mujeres famosos que resolvieron muchos de los graves problemas de salud de la humanidad. En esas clases pueden también aprender cómo la salud y la enfermedad han estado relacionados con el auge y la decadencia de naciones e imperios.

En las clases de educación física aprenderán ejercicios que aumenten su resistencia y mantengan sus cuerpos fuertes y ágiles.

Dada la gran vitalidad de los niños, es conveniente emplear métodos que les permitan participar a fondo en el proceso de aprendizaje. Así, los conocimientos y técnicas que más valorarán serán los que hayan aprendido con

su propio esfuerzo. Entre los métodos que favorecen la participación figuran : invitar a los niños a hacer preguntas, organizar clubs, demostraciones prácticas, improvisaciones teatrales, proyectos, juegos, encuestas comunitarias y discusiones en pequeños grupos.

Los niños de mayor edad deben ser capaces de ayudar a enseñar a los más pequeños los principios básicos de salud.

Un medio escolar saludable

Difficil será convencer a un niño del valor de la salud si el medio escolar no favorece el comportamiento saludable y si se carece de los recursos necesarios para poner en práctica lo aprendido en ese sentido. He aquí algunos ejemplos de los recursos de salud que necesita una escuela :

- Un sistema de abastecimiento de agua que esté limpio y funcione regularmente.
- Instalaciones para lavarse las manos.
- Medios higiénicos de evacuación de desechos y residuos humanos.



La maestra enseña a esta niña a lavarse las manos correctamente. En la escuela, los niños aprenderán cosas nuevas en materia de higiene si disponen de medios como agua limpia, jabón y una palangana.

- Salas bien iluminadas y ventiladas.
- Patios sin aristas ni objetos peligrosos.
- Equipo de primeros auxilios.
- Personal adiestrado en higiene y técnicas de primeros auxilios.

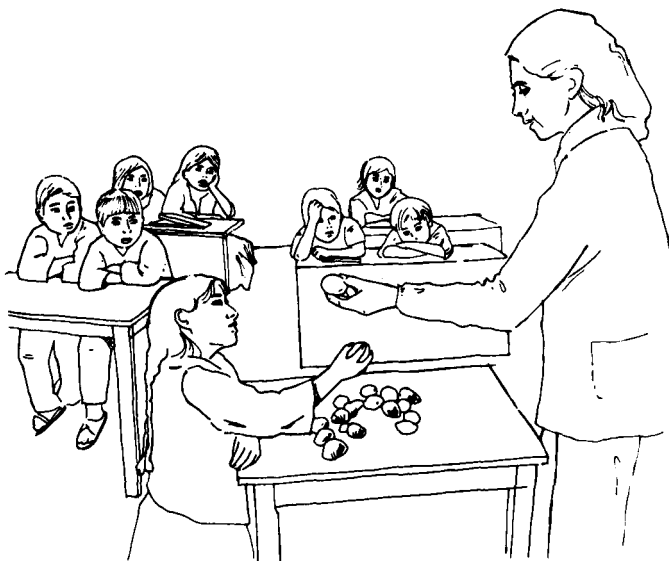


Este chico frota con arena una herida que se ha hecho jugando a la pelota en el patio de la escuela. Ello podría ocasionarle una infección como el tétanos. El chico puede comportarse así por tres motivos: cree que la arena es lo mejor para detener la hemorragia; no hay botiquín de primeros auxilios en la escuela; sus amigos quieren que vuelva en seguida a jugar con ellos. ¿Qué tipos de programas de educación sanitaria pueden organizarse en la escuela para resolver esos problemas?

Formación de maestros

Aunque el Ministerio de Educación diga que ciertos temas de educación sanitaria deben enseñarse en todas las escuelas, no siempre se hace así. Una razón es que los maestros carecen a veces de los conocimientos teóricos y prácticos suficientes para enseñar esa materia. Muchas escuelas no tienen la suerte de disponer de un miembro del personal que haya recibido formación en cuestiones de salud. Algunos maestros recibieron esa formación hace muchos años y ya no están al corriente de los últimos avances o han olvidado lo que sabían.

Una posibilidad es organizar el adiestramiento en el servicio para los maestros, de manera que puedan recibir formación sin necesidad de abandonar el trabajo. Posiblemente les interese aprender técnicas de primeros auxilios o de prevención de las enfermedades más corrientes en la comunidad. Para mayor información sobre el modo de organizar este adiestramiento véanse las páginas 158-160.



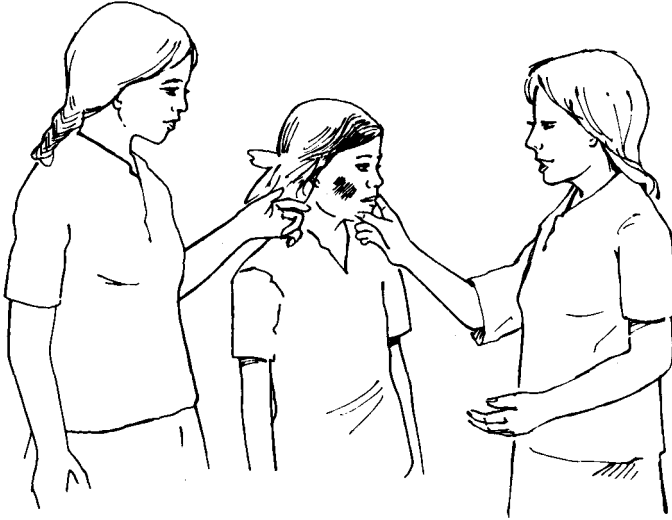
Esta profesora utiliza las demostraciones como método educativo. Al enseñar a los niños objetos de tamaño real, huevos y patatas en este caso, puede enseñarles cuáles son los alimentos que ayudan a desarrollar un cuerpo fuerte y cuáles los que aportan energía.

Participación de los padres y de la comunidad

Es preciso encontrar el medio de incitar a los padres a desempeñar un papel activo en la educación sanitaria de sus hijos. De hecho, los padres son los primeros maestros de los hijos. Veamos algunos de los métodos que pueden emplear los padres para contribuir a la educación sanitaria y a las iniciativas de fomento de la salud en la escuela :

- Colaborar con alumnos y maestros en proyectos de autoayuda encaminados a conseguir para la escuela los recursos básicos.
- Alentar a los niños a practicar en casa los conocimientos sobre salud adquiridos en la escuela. Por ejemplo, si los niños han aprendido a mantener una actitud vigilante ante los problemas de salud, sus familiares también acabarán mostrando un mayor interés al respecto.
- En ciertos casos, estimular a los padres a acudir a la escuela a compartir sus conocimientos teóricos y prácticos, en otras palabras, ayudar a enseñar. Pero esto depende en gran medida de la cultura local.

Es frecuente oír decir que los niños, dada su facilidad para captar cualquier idea nueva, pueden emplearse como medio de transmisión de esas ideas a sus padres. Pero la cosa no es tan fácil como parece. Muchos padres están anclados en creencias tradicionales muy distintas de las que se enseñan en la escuela, y pueden sentirse dolidos si los niños van contra esas creencias. Por otra parte,



Los escolares pueden aprender a ser observadores en materia de salud. Esta niña ha descubierto una marca en la mejilla de su compañera. Ahora, la maestra puede enviar a la niña con la marca al agente de salud. Cuando las niñas vuelvan a casa, lo más probable es que cuenten a sus padres lo que ha sucedido. Así se transmiten los conocimientos sobre salud.

muchos padres no disponen en su casa de los recursos básicos que necesitan los niños para practicar los nuevos conocimientos adquiridos en materia de salud.

Las visitas a domicilio y los consejos a las familias pueden ser muy útiles para enseñar a los padres las mismas cosas que están aprendiendo sus hijos. Las reuniones entre padres y maestros son otro método de educación sanitaria de los padres.

Para que un programa de higiene escolar sea eficaz es preciso establecer vínculos con otros organismos y grupos de la comunidad. Los organismos y grupos públicos o benéficos de salud, desarrollo de la comunidad, agricultura, bienestar social y de otro tipo pueden prestar servicios muy valiosos a las escuelas y sus alumnos.

Relaciones

Como agente de salud, considérese un extraño en cualquier escuela. No puede usted llegar a una escuela y pedir de buenas a primeras que organicen actividades de educación sanitaria o que introduzcan mejoras en la enseñanza de los temas de salud. Deberá usted conversar con las autoridades y con el personal de la escuela. Siente las bases de una relación cordial y de confianza conforme a los consejos dados anteriormente en este libro. Así conseguirá estar en condiciones de estimular a las escuelas a que hagan de la educación sanitaria una parte importante de sus programas.

**¿ Sabe usted lo que el Ministerio de Educación aconseja que se enseñe en las escuelas en materia de salud ? ¿ Sabe usted cuánto tiempo debe reservarse para hablar a los niños de ese tema y otros temas afines ?
¿ Varían los temas tratados según cuál sea la edad de los niños ? ¿ Cómo podría usted enterarse de todo esto ?**

Educación sanitaria en el lugar de trabajo

La atención primaria de salud aspira a llegar a todas las personas que necesitan asistencia sanitaria. Hemos hablado de cómo llegar a la gente de las aldeas y barrios urbanos, y nos hemos referido también a la atención primaria de salud en el ámbito de la escuela. Pero hay que pensar también en cómo organizar la atención primaria de salud y la educación sanitaria en la fábrica y otros lugares de trabajo. En esta sección no va a tratarse el tema con detalle y nos limitaremos a ofrecer algunas directivas básicas. Deberá usted aplicar a los lugares de trabajo de su comunidad los métodos de planeamiento descritos en el capítulo 3.

¿ Qué se entiende por lugar de trabajo ?

La gente trabaja en muchos lugares, incluidas sus propias casas. Puesto que el presente capítulo está dedicado a los grupos, en esta sección nos referiremos exclusivamente a los lugares de trabajo en los que se sume un grupo de personas para fabricar determinados productos o para prestar un servicio. Si se trata, por ejemplo, de la confección de ropa, el lugar de trabajo puede ser tan pequeño como el taller del sastre, ocupado por el propietario y dos aprendices, o tan grande como una fábrica con más de 100 trabajadores. Tratándose de servicios, tanto puede ser una casa de comidas donde 3 ó 4 personas cocinan, sirven y limpian, como un gran hotel con cientos de clientes.

Trate de identificar los distintos lugares de trabajo de la población o barrio donde vive. Averigüe asimismo cuántas personas trabajan en cada uno de ellos y qué tipo de trabajos realizan.

Salud y trabajo

La salud y el trabajo están estrechamente relacionados. La gente tiene que trabajar para poder alimentarse, vestirse y protegerse de las enfermedades. Las personas que no están sanas no trabajan tan bien como las que sí lo están. Por otra parte, el ambiente de trabajo también influye en la salud de las personas; los trabajadores pueden estar expuestos a máquinas peligrosas, productos químicos nocivos o situaciones de estrés.

La educación sanitaria en el lugar de trabajo permite enseñar a los trabajadores no sólo a protegerse de los peligros que les rodean en el trabajo sino también a cuidar mejor de su propia salud, tanto en el trabajo como en casa y en cualquier otro lugar.

Planeamiento de la educación en el lugar de trabajo

Obtener el permiso

No se puede llegar a una fábrica o empresa y empezar, de buenas a primeras, a impartir educación sanitaria. Eso perturbaría el ritmo de trabajo. Primero es necesario averiguar quién es el responsable del lugar y obtener su apoyo y consentimiento. Al mismo tiempo deberá usted enterarse de cuál es la hora más adecuada para realizar las sesiones de los programas educativos, cuál es el lugar más idóneo para ello y qué grupos de trabajadores necesitan esa educación.

Fomentar la participación

Algunas de las mayores fábricas y organizaciones de servicios disponen de su propio personal de salud, pero la mayoría de los lugares de trabajo son demasiado pequeños y no pueden permitirse pagar a un agente de salud a tiempo completo. Conviene, por lo tanto, que los propios trabajadores participen en la selección de algunos compañeros para que sean adiestrados en técnicas básicas de promoción de la salud y de primeros auxilios. De esa forma los trabajadores, gracias a sus propios esfuerzos, pueden prestarse a sí mismos en todo momento la atención primaria de salud que necesiten.

Identificar necesidades

En el lugar de trabajo la gente tiene dos tipos principales de necesidades de salud. En primer lugar, las necesidades directamente relacionadas con el trabajo propiamente dicho, en este sentido, la observación, las entrevistas y el estudio de los registros (en particular si existe alguno sobre accidentes) permiten identificar los peligros y situaciones de estrés a que están expuestos los trabajadores. En segundo lugar, las necesidades relacionadas con los problemas corrientes que pueden afectar a la salud personal y a la capacidad de trabajo de los empleados: el paludismo o el consumo de alcohol, por ejemplo, pueden ser causas importantes de absentismo; habrá trabajadores preocupados por su hábito de fumar. La educación sanitaria en el lugar de trabajo puede abarcar a la vez los riesgos para la salud relacionados con el trabajo y los problemas personales de salud.

Adiestramiento de grupos

Se entiende por adiestramiento la enseñanza organizada de nuevos conocimientos. La mayoría de las veces está concebida para grupos de personas todas las cuales necesitan aprender las mismas cosas. Puesto que una parte del

adiestramiento consiste en la práctica de nuevos métodos, es preciso que los participantes dispongan de las suficientes oportunidades para practicar lo aprendido, y que puedan además colaborar en el planeamiento y ejecución del programa de adiestramiento para comprobar que corresponde a sus necesidades. Un comité de planeamiento formado por instructores y candidatos al adiestramiento es muy útil en ese sentido.

Averiguar las necesidades de adiestramiento

Ya hemos mencionado varios grupos de la comunidad que podrían beneficiarse de la aplicación de los programas de adiestramiento que usted organice:

- Los agentes de salud de la comunidad que necesitan adiestramiento en técnicas de atención de salud y de educación sanitaria.
- Maestros que necesitan adiestramiento en materia de salud y educación sanitaria.
- Diversos grupos de la comunidad que desean un adiestramiento específico: por ejemplo, mujeres que van a tener su primer hijo y desean prepararse para la maternidad y el cuidado del niño, trabajadores que quieren aprender primeros auxilios, etc.



En los debates en grupo y las sesiones de adiestramiento, es importante que todos participen. Si se disponen los asientos en círculo o en «U», todos los asistentes pueden verse y les es más fácil discutir ideas y experiencias.

Entre los métodos para determinar qué tipo de adiestramiento necesita la gente cabe citar los siguientes:

- Converse con la gente en grupos o mediante entrevistas individuales. ¿Qué es lo que quieren aprender?
- Observe lo que hace la gente en casa y en el trabajo. ¿Lo hacen todo bien o es posible mejorar algunos aspectos?
- Fíjese en las tareas que desempeñan los agentes de salud de la comunidad. ¿Se les ha enseñado a realizarlas correctamente?
- Piense en la comunidad. ¿Existe algún problema especial que requiera el aprendizaje de nuevos métodos por parte de los agentes de salud?
- Lea informes sobre los programas organizados por el organismo para al que Ud. trabaja o analice los progresos realizados por esos programas. ¿Tuvieron éxito? En caso contrario, estiman los responsables de esos programas que una de las razones del fracaso fue el insuficiente adiestramiento del personal? ¿Qué opina usted?
- Lea revistas o boletines publicados por grupos profesionales tales como enfermeras o inspectores de salud. Hable también con sus supervisores. ¿Cuáles son algunas de las últimas novedades en materia de atención de salud? ¿Qué tipo de adiestramiento hace falta para poner en práctica esos nuevos conocimientos?

Conocer los objetivos

Objetivos del adiestramiento

El adiestramiento, como cualquier otro programa de educación sanitaria, tiene un objetivo: el nuevo comportamiento que se espera adopten los que reciben ese adiestramiento al término del programa. En nuestro caso ese nuevo comportamiento comprende el aprendizaje de nuevas técnicas. Ejemplos de objetivos del adiestramiento son:

- Para un agente de salud de la comunidad, ser capaz de limpiar, tratar y vendar un pequeño corte o herida.
- Para un maestro, ser capaz de mostrar a sus alumnos cómo hay que limpiarse los dientes.

Objetivos relacionados con la salud

Adquiridos esos nuevos conocimientos, los agentes de salud de la comunidad, los maestros y otros trabajadores locales están en condiciones de prestar mejores servicios. Esto, a su vez, debe reflejarse en una mejora de la salud de la comunidad. Por ejemplo, el adiestramiento de personal para llevar a cabo un

programa de inmunización debe tener como resultado el objetivo relacionado con la salud de reducir sensiblemente el número de niños afectados por el sarampión, la polio y otras enfermedades, y eliminar las defunciones por esas causas.

Cómo lograr que la gente participe en la determinación de objetivos

Es preciso que las personas que van a recibir el adiestramiento puedan discutir acerca de las necesidades de adiestramiento y de los objetivos educativos. Deben ponerse de acuerdo sobre lo que quieren aprender. De ese modo la gente pondrá más interés en el adiestramiento y deseará asistir a todas las sesiones.

Métodos de adiestramiento

Un programa de adiestramiento debe ofrecer a la gente las máximas oportunidades de poner en práctica los nuevos conocimientos. Es preciso, por tanto, emplear los métodos de educación sanitaria más apropiados para fomentar la participación y el interés por las prácticas.

Los medios audiovisuales auxiliares como carteles y el material de proyección pueden proporcionar información y conocimientos generales. Para el adiestramiento en métodos prácticos propiamente dichos se emplearán técnicas como demostraciones, estudios de casos, juegos, elaboración de proyectos e improvisaciones teatrales. En las páginas 169–170 se presenta un ejemplo de juego educativo. A continuación se describen ejemplos de demostraciones, estudios de casos o improvisaciones teatrales.

Demostraciones

Las demostraciones permiten compartir de forma amena conocimientos y aptitudes. La mezcla de teoría y trabajos prácticos hace de ellas un método muy animado.

Objetivo

Las demostraciones ayudan a la gente a adquirir nuevos conocimientos prácticos.

Tamaño del grupo

Las demostraciones pueden realizarse tanto individualmente como en pequeños grupos. Si el grupo es demasiado grande los miembros no tendrán la oportunidad de practicar lo aprendido ni de hacer preguntas.

Planeamiento de la demostración

Tema

Averigüe qué técnicas necesita aprender la persona o grupo. Es posible que usted mismo pueda hacer la demostración; en caso contrario, busque a una persona que sepa hacerla y pueda venir a ayudarlo.

Materiales

Las demostraciones son en cierto modo como escaparates con acción; de ahí que puedan utilizarse los mismos materiales que en las exposiciones, como modelos y objetos reales. También se pueden mostrar carteles y fotografías.



Las demostraciones son particularmente útiles cuando se combinan con una visita domiciliaria. Las cosas son más fáciles de aprender cuando los utensilios empleados son exactamente los mismos que se utilizan normalmente.

Una demostración debe ser realista. Cerciérese de que se ajusta a los valores culturales locales; eso implica la necesidad de utilizar materiales y objetos que los participantes conozcan. Si decide, por ejemplo, realizar una demostración relacionada con la nutrición, y sabe que la gente del lugar emplea al cocinar leña y recipientes de arcilla, utilícelos usted también y evite emplear elementos extraños, como artefactos de petróleo y cacerolas metálicas. Procure también utilizar alimentos corrientes en la zona; si realiza las demostraciones con materiales desconocidos o poco corrientes la gente no podrá practicar en casa lo aprendido.

Haga una lista de los materiales que vaya a necesitar ; reúnalos y prepárelos con tiempo, y procure tener la suficiente cantidad para que todos puedan hacer prácticas.

Lugar

Es necesario mucho espacio para que todo el mundo pueda ver la demostración y practicar lo aprendido.

Hora y duración

Elija una hora que les vaya bien a todos. Procure reservar el suficiente tiempo para que puedan hacer las prácticas y preguntas que deseen. Una sencilla demostración de cómo filtrar el agua no debe durar, en principio, mucho más de 20 minutos, pero una demostración para agricultores sobre cómo construir depósitos seguros para el almacenamiento del grano puede durar varias horas. Deje tiempo suficiente ; si hace las cosas apresuradamente, no todo el mundo podrá participar y aprender.

Realización de la demostración

La demostración propiamente dicha tiene cuatro fases :

Primero, explique qué ideas y técnicas va a demostrar ; dibujos y fotografías son útiles para ese propósito. Si quiere puede enseñar algunos de los objetos que vaya a utilizar y dárseles a los asistentes para que se los pasen y examinen más detenidamente. Anime a la gente a hacer preguntas. Así podrá comprobar si le han entendido.

Pase a hacer la demostración, fase por fase, lentamente. Cerciórese de que todo el mundo puede ver lo que está haciendo. Acompañe cada fase de explicaciones, y si la gente no entiende algo, repítalo. Procure que le hagan muchas preguntas.

A continuación, pida a una de las personas que repita la demostración, y al resto, que comente cada una de las fases.

Por último, dé a cada uno la oportunidad de practicar. Muévase en torno al grupo y observe. Haga las correcciones pertinentes. El aprendizaje es más eficaz si las personas forman parejas y pueden así ayudarse y corregirse mutuamente : primero una de ellas practica y la otra observa y comenta lo que hace, y luego invierten los papeles.

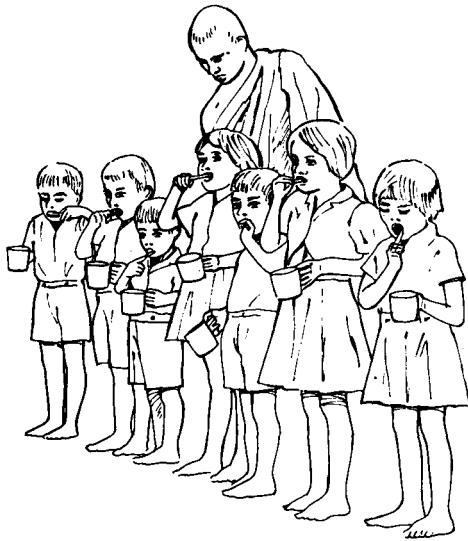
Planear una serie de demostraciones

A menudo es necesario realizar más de una reunión para enseñarle a la gente las técnicas de que se trate. Si es así, planee las reuniones con cuidado ; es posible enseñar algunas fases un día y pedirle a la gente que vuelva al día

siguiente o al cabo de una semana. Déle a la gente el tiempo necesario para que pueda asimilar cada fase correctamente.

Supongamos que quiere demostrar a los agentes de salud de la comunidad cómo mantener y reparar una bicicleta. Piense primero cuántas fases o técnicas va a explicar; por ejemplo, necesitarán aprender a reparar un pinchazo, a mantener la cadena engrasada, y a volver a colocarla correctamente si se sale. Limite cada sesión de adiestramiento a uno de esos aspectos.

Al principio de cada nueva sesión, pídale a alguien del grupo que repita la demostración del último día. De esa forma se comprueba si se acuerdan de lo explicado.



Después de hacer una demostración sobre medidas de salud bucodental, el agente de salud deja que los niños practiquen lo aprendido. Les observa con atención para asegurarse de que cada niño ha aprendido a lavarse los dientes correctamente.

Comprobar los resultados

Procure que no se marche nadie sin haber practicado la técnica correctamente. Suponga que ha hecho una demostración de cómo preparar una bebida de rehidratación para niños con diarrea. Si una madre añade demasiada sal a la bebida, puede hacer daño a su hijo; así pues, cerciórese personalmente de que toda madre que vaya a abandonar la sesión sabe cuál es la cantidad de sal correcta.

Las visitas de seguimiento permiten verificar si las técnicas aprendidas siguen aplicándose correctamente, y al mismo tiempo se comprueba si la gente puede efectivamente practicarlas por su cuenta.

Estudios de casos

Los estudios de casos están basados en hechos y presentan los acontecimientos tal como realmente ocurrieron.

Objetivo

Los estudios de casos ayudan a la gente a aprender a resolver problemas. Al leer u oír acerca de un caso (o problema) acontecido en otro grupo o comunidad, la gente empieza a reflexionar sobre cómo habrían resuelto ellos mismos el problema. La gente aprende de los aciertos y errores de los protagonistas de los casos estudiados.

Tamaño del grupo

Aunque también es posible discutirlos individualmente, los estudios de casos resultan más interesantes si se leen y discuten en un grupo pequeño. De esta forma hay un mayor intercambio de ideas, lo cual facilita el aprendizaje.

Los estudios de casos son útiles con grupos de escolares o con comités de desarrollo de la comunidad, así como en las sesiones de adiestramiento realizadas, por ejemplo, con agentes de salud de la comunidad.

Selección y redacción del caso

En primer lugar debe Ud. enterarse de qué problemas desea resolver la gente. Supongamos que está trabajando con un comité de desarrollo de la comunidad que ha decidido mejorar el abastecimiento de agua de la aldea. Personalmente, ¿recuerda otras aldeas que hayan tratado de resolver ese mismo problema? Interrogue a otros agentes de salud acerca de sus experiencias en proyectos de ese tipo, sobre todo si usted no ha intervenido en ninguno.

Reúna información tanto de casos en que se logró el objetivo como de otros que fracasaron. Procure, también, escoger casos de comunidades culturalmente similares a la comunidad donde Ud. trabaja.

Ponga por escrito toda la información reunida para redactar el caso objeto del estudio. Si la aldea citada en el caso está cerca de aquella donde Ud. trabaja, cámbiele el nombre, y haga lo mismo con los de las personas para evitar que éstas puedan sentirse molestas si se enteran de que las menciona en sus charlas con la gente de las aldeas vecinas.

Durante el estudio del caso, describa cada una de las medidas adoptadas para resolver el problema. ¿Cómo advirtió la gente el problema por primera vez? ¿A qué pensaron que se debía? ¿Quiénes intentaron resolver el problema? ¿Qué medidas planearon para resolverlo? ¿Cómo aplicaron esas medidas? ¿Fue todo bien o surgieron dificultades? ¿Cuál fue el resultado final?

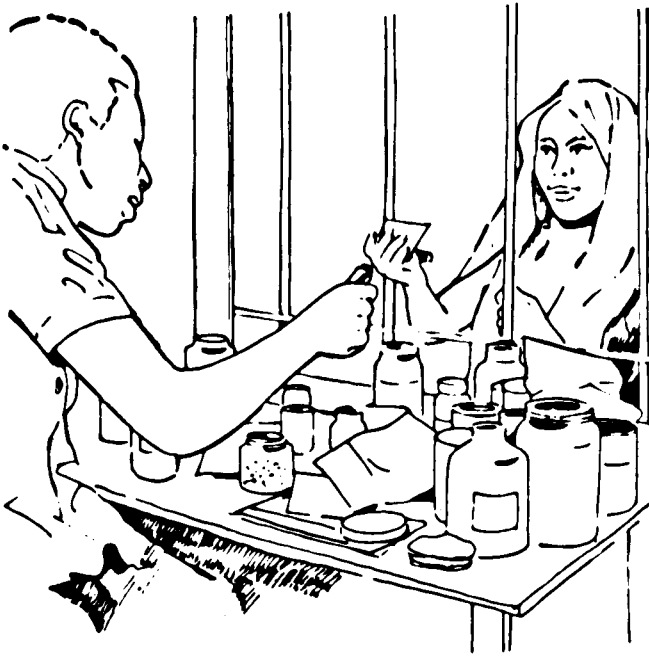
Procure ser breve: el estudio del caso no debe ocupar más de dos páginas escritas a mano. Si es demasiado largo la gente tiende a olvidar los detalles y a desorientarse en el momento de la discusión. En las páginas 150–151 figura un ejemplo de estudio de caso.

Utilización del estudio de caso

Si el grupo sabe leer, procure hacer varias copias de lo que haya escrito y déselas a leer. Si, por el contrario, no saben leer, deberá usted leerles el caso. Lea lentamente; no está de más leerlo una segunda vez para cerciorarse de que todos hayan captado los puntos fundamentales.

Una vez que hayan leído o escuchado el relato del caso, anime a los miembros del grupo a empezar a discutirlo. Puede usted hacer algunas preguntas preliminares como, por ejemplo, ¿están de acuerdo con las soluciones propuestas por la gente en este caso? ¿A qué atribuyen su éxito (o su fracaso)? ¿Podrían aplicarse en nuestra comunidad las mismas medidas que ellos tomaron? ¿Qué deberíamos hacer de manera diferente?

Anime a la gente a exponer su opinión. Intente que el grupo llegue a tomar algunas decisiones acerca de las medidas que les parezcan más apropiadas para resolver el problema en ese grupo o aldea.



Los agentes de salud tienen a su cargo un pequeño suministro de medicamentos esenciales que les permite facilitar tratamiento para afecciones leves.

Ejemplo de caso «Agua potable para la aldea de Amata»

La comunidad de Iddo comprende varias aldeas. En todas ellas hay casos de dracunculosis, una enfermedad infecciosa transmitida por el agua. Si se bebe agua contaminada, al cabo de nueve meses o un año aparece en el organismo un gusano blanco de considerable longitud y grosor. El gusano suele desarrollarse en alguna parte del cuerpo que ha estado en contacto con el agua, a menudo las piernas. El gusano adulto provoca una úlcera en la piel y consigue salir al exterior para depositar sus huevos en el agua. Es está una enfermedad dolorosa y responsable de muchas de las ausencias del trabajo o la escuela; las úlceras, además, se prestan a una infección por tétanos.

Después de discutir el problema con el personal del centro local de salud, los habitantes de Iddo decidieron organizar un proyecto de atención primaria de salud para combatir la dracunculosis y resolver otros problemas locales.

Se envió información sobre dicho proyecto a todas las aldeas de la zona de Iddo, pidiendo a cada una de ellas que enviara al centro de salud al menos a un voluntario para ser adiestrado como agente de salud de la comunidad.

El personal del centro de salud preparó un programa de adiestramiento que, haciéndose eco de los problemas mencionados por los líderes de la comunidad, abarcaba aspectos como los siguientes:

- Abastecimiento de agua potable, tema que engloba la construcción de pozos y manantiales protegidos y la aplicación de técnicas sencillas de filtración haciendo especial hincapié en la autoayuda;
- primeros auxilios en caso de cortaduras y heridas;
- tratamiento de problemas sencillos como la fiebre y la diarrea;
- salud y nutrición de los niños.

Amata es una pequeña aldea situada a unos 10 km del centro de salud de Iddo. Sus habitantes se alegraron mucho cuando se enteraron de ese proyecto de atención primaria de salud. De las 75 personas que viven en Amata, 40 padecían dracunculosis, por eso tenían tanto interés en que fuera a Iddo alguien que aprendiese a erradicar la enfermedad de la aldea.

Cuando la noticia llegó a oídos del jefe de Amata, éste llamó a sus dos hermanos para hablar del tema. Decidieron que enviarían a Iddo para adiestrarse al hijo de uno de los hermanos. El hijo, Amos, había terminado sus estudios primarios unos años antes. Los tres hombres estimaron que el chico era brillante y que la elección era acertada. Y pensaron, también, que el adiestramiento que recibiera podría serle útil en el futuro.

Cuando la decisión de enviar a Amos fue anunciada en la aldea no le sentó bien a la gente. Algunos habían pensado en enviar a alguien de su familia; y en general se consideraba que el chico era demasiado joven y que podría caer en la tentación de abandonarlos e irse a la ciudad, y en ese caso no les sería de ninguna utilidad.

Algunas personas llegaron a manifestar su disconformidad, pero el jefe estaba resuelto y el enviado fue efectivamente su sobrino.

Cuando Amos regresó lo primero que hizo fue convocar a una reunión a los ancianos de la aldea. En ella declaró que la comunidad debía construirle una pequeña choza o habitación junto a la casa de su padre, y que esa habitación sería su «clínica». Era la época de la siembra y todo el mundo tenía mucho trabajo, pero aún así consintieron en hacer lo que pedía Amos. Confiaban en que la clínica le ayudaría a trabajar mejor.

Amos disfrutaba tratando a los enfermos. Había llevado a la aldea algunos medicamentos que le habían suministrado en Iddo. Se le había dicho que debía cobrar una pequeña cantidad por los medicamentos para poder comprar más cuando se le acabaran. Amos decidió cobrar por los medicamentos más de lo debido y quedarse con la diferencia. La gente no se quejó al principio porque nadie sabía cuál era la forma de proceder habitual de los agentes de salud de la comunidad en otras aldeas.

Amos procuraba vender rápidamente los medicamentos para poder ir a Iddo a comprar. A veces se quedaba en Iddo, o incluso en la ciudad, hasta una semana, divirtiéndose con el dinero que había conseguido vendiendo más caros los medicamentos.

Al cabo de unos meses la gente de Amata se enteró por amigos de lo que hacían los agentes de salud de la comunidad en otras aldeas. Casi todos ellos habían emprendido ya iniciativas de autoayuda para construir pozos y proteger los manantiales. Ninguno de ellos había solicitado a su aldea que le construyera una clínica, y todos vendían los medicamentos a bajo precio. Los agentes de salud de las otras aldeas nunca se ausentaban mucho tiempo: cuando se marchaban a buscar más medicamentos solían volver el mismo día.

La gente de Amata estaba descontenta por no haberse podido beneficiar del programa de atención primaria de salud.

Sacar conclusiones del caso estudiado

El estudio de un caso como éste podría utilizarse para enseñar a las autoridades de una aldea cómo seleccionar y emplear a los agentes de salud de la comunidad. También podría discutirse con los propios agentes de salud para enseñarles cómo comportarse y trabajar en sus comunidades.

He aquí algunos de los puntos que podrían discutirse:

- ¿Qué aspecto del programa fue el que falló?
- ¿Qué otra actitud podía haber adoptado el jefe de Amata?
- ¿Qué deberían haber hecho desde un principio los vecinos que no estaban de acuerdo con la decisión del jefe?
- ¿Cuál es el método más apropiado para escoger a un agente de salud comunitario?

- ¿Qué requisitos debe reunir un agente de salud comunitario?
- ¿Qué deberán hacer ahora los habitantes de Amata?

A continuación, aprovechando las ideas surgidas durante la discusión, se puede montar una improvisación teatral. Es preciso repartir entre los asistentes los papeles del jefe, sus hermanos, Amos y algunos habitantes del pueblo. Una de las improvisaciones trataría de mostrar cómo podía haberse organizado en Amata un buen programa de atención primaria de salud; y en otra se indicarían los posibles medios para salir de la situación en la que se encontraba la gente de Amata.

Improvisaciones teatrales

Las improvisaciones teatrales consisten en representar situaciones y problemas de la vida real. Antes de la improvisación se informa a los actores de las características de los personajes que deben representar. A partir de esa descripción, el actor improvisa, a medida que avanza la obra, la acción y el diálogo. El actor procura reaccionar ante cada situación o problema tal como cree que lo habría hecho su personaje.

Los participantes se comportan simplemente de manera natural, de modo que los personajes y la acción toman cuerpo a medida que avanza la obra.

En una improvisación surgen voluntarios para interpretar los diferentes papeles. Los demás observan atentamente y pueden incluso hacer sugerencias a los actores. En ocasiones alguno de los espectadores decide incorporarse a la representación.

Acabada la obra, los actores y los espectadores siempre la comentan y analizan sus reacciones. Aquí es importante que intervenga Ud. para orientar la discusión. Hágales a los actores preguntas de este tipo: ¿Cómo se ha sentido? ¿Está satisfecho de cómo se ha resuelto la situación en la que estaba actuando? ¿Podría haber actuado de distinta forma y obtener mejores resultados? Luego pida al público que manifieste su opinión. La discusión ayuda a la gente a sacar conclusiones de la obra.

Objetivo

Representar una situación de la vida real permite a la gente comprender mejor las causas de sus problemas y las consecuencias de su propio comportamiento. Las improvisaciones ayudan a las personas a reflexionar sobre cómo mejorar sus relaciones con las demás, y sobre cómo obtener el apoyo de otras personas a las iniciativas en favor de una vida más sana.

Otro objetivo de las improvisaciones es que la gente adquiera experiencia en materia de comunicación, planeamiento y adopción de decisiones. Por último, inducen también a la gente a reconsiderar actitudes y valores; al participar en una improvisación se aprende sobre el propio comportamiento: podemos descubrir que nuestras actitudes y criterios favorecen la cooperación y la solución de problemas o, por el contrario, que son fuente de conflictos.

Tamaño del grupo

Las improvisaciones suelen realizarse con pequeños grupos; basta incluso con un agente de salud y una o dos personas. Si alguien acude a consultar al agente de salud en privado, éste puede pedir a la persona que represente el problema que la afecta, y él, a su vez, representar el papel de alguien importante en la vida del otro.

Hora y duración

Una improvisación teatral debe durar unos 20 minutos. Si transcurre animadamente y el público muestra interés, permita que se prolongue. Por el contrario, habrá que interrumpir la obra si *a)* los actores consiguen resolver el problema, *b)* los actores se desorientan y no saben resolverlo, o *c)* los espectadores parecen aburridos.

Reserve entre 20 y 30 minutos más para la discusión. La discusión ayuda a la gente a fijarse en los aspectos más importantes de la obra. Si el debate se anima, deje que se prolongue. Cabe la posibilidad de repetir la improvisación para ensayar las sugerencias formuladas durante la discusión.

Otros aspectos

La improvisación funciona mejor cuando entre los participantes hay una relación de amistad y confianza. Si decide recurrir a la improvisación con una persona a solas, cerciórese antes de que ha establecido con ella una relación cordial. Si tiene que trabajar con un grupo, compruebe antes que sus miembros se han reunido ya algunas veces y se conocen.

La improvisación tiene sus inconvenientes. Como no se sabe lo que va a ocurrir, los actores corren un cierto riesgo. No le pida a nadie que represente un papel en el que pueda sentirse cohibido; hay personas poco interesadas o reacias a hablar en público. No las fuerce a participar; deje que asistan unas cuantas veces a las improvisaciones y observe si pierden la timidez o muestran mayor interés.

Un ejemplo de improvisación teatral

La Sra. Debo es una enfermera comunitaria. En una aldea ha organizado un club para madres, que se reúnen una vez al mes en el centro de salud de distrito para hablar sobre cómo criar a los hijos y aprender cosas nuevas. Un día, tres de las madres fueron a preguntarle a la Sra. Debo si era posible que el club se reuniese ese mes en la escuela primaria local. El motivo, dijeron, era que esa escuela les caía más cerca a la mayoría. Pero la Sra. Debo advirtió en sus ojos que el deseo de cambiar de lugar respondía probablemente a otros motivos. Decidió no hacer preguntas por el momento y dio su consentimiento. Cuando se encontraron en la escuela, la Sra. Debo se enteró de cuál era el problema: según decían, el personal del centro de salud no las trataba bien. A veces los archiveros dejaban a las madres esperando durante largo rato; si se les ocurría pedir las fichas, los archiveros les contestaban bruscamente que si no querían esperar se fueran a casa; según ellas, las enfermeras las recriminaban a gritos si comprobaban que los niños no ganaban suficiente peso. Las enfermeras no hacían más que dar órdenes, pero nunca explicaban nada. A las madres que pedían alguna explicación, la enfermera les respondía que estaba demasiado ocupada. Por último, el personal del dispensario también acostumbraba a hacer esperar a las madres; si se trataba de un amigo no tardaban en conseguirle el medicamento ni cinco minutos, mientras que muchas madres tenían que esperar una hora para comprobar finalmente que sólo les habían dado la mitad de la dosis recomendada. Si protestaban les decían que se fueran a comprar los medicamentos a otro sitio.

Ahora la Sra. Debo ya sabe por qué querían las madres reunirse en la escuela. Temían al personal del centro de salud, y no querían expresar sus quejas en un lugar donde éstas pudieran trascender.

La Sra. Debo decidió recurrir a la improvisación teatral para ayudar a las madres y a sí misma a profundizar en el problema. Les explicó a las madres lo que era una improvisación y les preguntó si querían tratar de hacer una. Todas estaban de acuerdo. Empezó por los problemas planteados por los archiveros. Había en el centro de salud dos de ellos, así que solicitó dos voluntarias para representar a los dos archiveros; y luego pidió al resto de las asistentes que interpretaran su propio papel de madres. Juntaron algunas mesas, y simularon hallarse en recepción. La obra empezó así.

- 1ª madre: (Sube a recepción) Necesito mi tarjeta, tengo al niño muy enfermo. Desde ayer no ha parado de vomitar.
- 1er archivero: ¿Si tan enfermo está porque no lo trajo ayer? Espere, voy a por la tarjeta. (Los dos archiveros desaparecen).
- 2ª madre: (Sube pero no ve a nadie en recepción) ¡Eh! ¿Hay alguien aquí? Tengo al niño enfermo y necesito mi tarjeta.
- 2ª archivero: (Critando desde el fondo de la oficina) ¿Es que no pueden esperar? Estamos buscando la tarjeta de la otra mujer.
- 2ª madre: ¿Y hacen falta dos tipos tan grandes para buscar una simple tarjeta?
- 1er archivero: Puede irse a casa si no puede esperar.

- 1ª madre: Ya llevo esperando demasiado; el Gobierno le paga un buen sueldo; a ver si aprende a ganárselo. Ya me gustaría que mi marido tuviera un trabajo tan bien pagado como éste.
- 2ª archivero: No es culpa mía que se haya casado usted con un pobre.
- 1er archivero: (Trae por fin la tarjeta — para la cual puede utilizarse un simple trozo de papel — y la deja en la mesa) Aquí está, tenga (deja que la tarjeta se caiga al suelo).

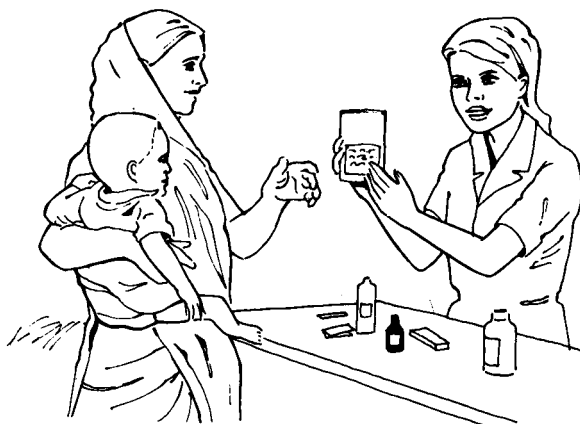
La improvisación se prolongó aún durante un rato en el curso del cual acudieron por sus tarjetas más madres, que se expresaron en términos análogos a los de las dos primeras.

Por fin la Sra. Debo interrumpió la obra para que todo el mundo pudiera discutir acerca de lo que acababan de ver. La discusión se planteó en estos términos:

Discusión de la improvisación

- Sra. Debo: ¿Podrían explicarnos las madres que han representado a los archiveros qué se siente cuando se tiene ese trabajo?
- 2ª archivero: El trabajo no me gustaba demasiado. Y la segunda madre no fue muy amable; no me apetecía buscarle la tarjeta.
- 2ª madre: ¿Por qué hay que ser amable con unos archiveros así? Todos son más jóvenes que yo, y cobran un buen sueldo por su trabajo.
- Enfermera: ¿Acaso sólo hay que ser amable con las personas de edad?
- 3ª madre: Mi madre siempre me enseñó que había que ser educado con todo el mundo. Nunca se sabe con quién nos vamos a encontrar en esta vida. Es mejor ser educado.
- 1ª madre: Pero ¿no creen que los archiveros deberían ser los primeros en tratarnos con educación? Ninguno de ellos nos dio los buenos días ni nos preguntó cómo estaban los niños.
- 1er archivero: Debíamos de estar muy atareados y por eso no las saludamos, pero no tenían ustedes por qué insultarnos. Con su actitud nos trataban de estúpidos por no encontrar la tarjeta pronto.
- 4ª madre: Yo creo que todos ustedes se insultaban unos a otros, y que podríamos comportarnos algo mejor. Si hemos de esperar a que alguien sea amable con nosotras, me parece que tendremos que esperar sentadas. Debemos esforzarnos por ser más cordiales y educadas. Es posible que demos así a los recepcionistas una lección sobre como deben comportarse.
- Sra. Debo: ¿Qué opinan ustedes de este último comentario?

Las mujeres asintieron con la cabeza; algunas dijeron «Sí. Eso es.»



Gracias a la improvisación teatral, se puede representar tipos positivos o negativos de comportamiento y mostrar sus efectos. Por ejemplo, es más probable que los pacientes ingieran sus medicamentos correctamente si reciben una explicación detallada sobre los mismos (arriba) que si se les entregan los medicamentos de manera indiferente (abajo).

Prosiguió la reunión y las mujeres acordaron intentar ser más amables con los archiveros, aun cuando éstos no les dijeran nada agradable al principio. Volvieron a improvisar la situación con diferentes voluntarias. Todo fue mucho mejor la segunda vez, cuando las madres se comportaron con amabilidad.

Quedaba un asunto pendiente. Las madres dijeron que los archiveros habían empezado a mostrarse bruscos hace unos años, y que por eso también ellas se habían vuelto desagradables. Querían que alguien hablara con los archiveros acerca del problema. La Sra. Debo consintió en ver a los archiveros, así que las

madres decidieron esperar a la siguiente reunión antes de pasar a discutir los problemas que planteaban los dispensadores y las enfermeras. Si el comportamiento de los archiveros mejoraba tratarían de resolver los demás problemas.

La Sra. Debo cumplió su promesa y habló con los archiveros. No les planteó directamente las quejas de las madres para evitar que se enfadaran. Simplemente empezó preguntándoles por su trabajo: ¿Estaban contentos? ¿Qué era lo que más apreciaban en su trabajo? Y al revés ¿qué inconvenientes le encontraban?

Los archiveros contestaron que el trabajo no era malo en comparación con el de otros funcionarios, pero que, aún así, tenían dificultades para mantener a sus familias con lo poco que les pagaban. Se quejaban de que muchos de los pacientes pedían demasiado y sospechaban también que no eran del agrado de la gente del lugar por el hecho de ser de otro distrito.

La Sra. Debo averiguó varias cosas ese día. Así, se dio cuenta de que las madres y los archiveros no se entendían muy bien mutuamente. Por ejemplo, las madres creían que los archiveros eran ricos porque trabajaban para el Gobierno; y los archiveros pensaban que las madres no les querían porque eran de otro distrito. La enfermera preguntó a los archiveros si les gustaría improvisar una situación para aprender a tratar mejor a los pacientes, a lo cual asintieron. La enfermera representó a una de las madres, comportándose tal como éstas lo habían hecho en su improvisación. Además le pidió a uno de los archiveros que representara él también el papel de una de las madres. Acabada la obra y la discusión, los archiveros habían logrado comprender mejor el problema: se habían dado cuenta de que podían ser más amables, y se habían dado cuenta, también, de que una mujer preocupada por la enfermedad de su hijo puede olvidarse fácilmente de los buenos modales.

Cuando se celebró la siguiente reunión las madres dieron las gracias a la Sra. Debo. Todos estuvieron de acuerdo en que los archiveros las trataban ahora mucho más amablemente. Una mujer explicó que, gracias a haber hecho amistad con ellos, se había enterado de que uno de los archiveros estaba casado con una conocida suya; posteriormente había llegado incluso a invitar a su casa al archivero y su familia. Los archiveros comunicaron también a la Sra. Debo que habían advertido mejores modales en sus pacientes.

Gracias a la improvisación teatral, esta enfermera comunitaria había ayudado a las madres y a los archiveros a modificar su actitud y a aprender nuevos métodos de comunicación con los demás, cambiando así su comportamiento.

Reúnase con otros agentes de salud y de la comunidad. Imagínense una situación problemática y monten una improvisación teatral. No tiene por qué ser necesariamente un problema propio. Puede tratarse de un problema general de la aldea. Solicite voluntarios para interpretar los diferentes papeles. Practiquen varias veces hasta acabar «sintiendo» en qué consiste una improvisación. Después de practicar con un grupo de conocidos, trate de improvisar con un paciente o un grupo de la comunidad.

Una sesión de adiestramiento en grupo

Planeamiento

Hay varios factores importantes que es preciso tener en cuenta.

Por más que sepa usted ayudar a la gente a adquirir nuevos conocimientos, en ocasiones los participantes desearán aprender cosas que usted no sabrá. En ese caso habrá que invitar a las personas que posean y sepan enseñar a los demás esos conocimientos especiales.

¿Cuánto tiempo tarda la gente en asimilar las nuevas técnicas? Acuérdesse de reservar el tiempo suficiente para que todos puedan practicar. Algunos programas de adiestramiento duran unos cuantos días, otros una semana, un mes o incluso más. Depende de la cantidad de cosas que haya que aprender.

Las sesiones se realizarán a la hora más conveniente para los asistentes.

¿Pueden ausentarse del trabajo? ¿Pueden reunirse aunque sea una vez a la semana? ¿Es mejor hacerlo durante el día o por la noche?

Busque un lugar de reunión con capacidad suficiente para todos los participantes. Cerciórese de que el lugar sea cómodo y de que disponga de aseos o instalaciones donde poder comer. Procure también que el lugar sea de fácil acceso para todos los participantes. A veces es posible utilizar gratuitamente una sala o una escuela de la zona.

Tal vez necesite material didáctico, como carteles, proyectores y fotografías. También hará falta el material necesario para practicar las nuevas técnicas aprendidas.

Ese material deberá obtenerse con la suficiente antelación. En la medida de lo posible, utilice materiales didácticos hechos por usted mismo; procure emplear materiales y recursos locales a la hora de planear los programas de adiestramiento.

¿Y el transporte y el alojamiento? ¿Es necesario prever esos detalles para la sesión de adiestramiento programada? Averigüe si hay gente dispuesta a transportar y albergar a los participantes.

Si hace falta dinero se puede recurrir a los participantes o a diversos organismos. El dinero recibido para el programa debe ser objeto de una rigurosa contabilidad a fin de poder comprobar en cualquier momento de dónde procede y en qué se ha gastado. Tenga en cuenta también que el hecho de agradecer las donaciones hace que la gente se muestre más favorable a contribuir de nuevo en el futuro. En cualquier caso, no olvide expresar su agradecimiento por el apoyo recibido.

Cómo dirigir la sesión de adiestramiento

Preste atención a las relaciones entre la gente y cerciórese de que instructores y participantes se conocen entre sí. Así trabajarán mejor juntos.

Empiece la sesión examinando, junto con los asistentes, las actividades y objetivos propuestos. Es ésta una buena idea, aunque hayan participado antes en el planeamiento. Cerciórese de que el plan es aceptable y pregunte si alguien quiere introducir modificaciones. Si el tiempo y los recursos lo permiten, haga los cambios oportunos, pero compruebe antes que todo el mundo esté de acuerdo.

A fin de fomentar la participación, conviene que los asistentes dirijan ellos mismos sesiones, hagan demostraciones de las técnicas, compartan sus ideas y experiencias y formulen sugerencias para mejorar el programa a medida que éste avanza.

Los programas de adiestramiento deben ser flexibles, lo que significa que los instructores han de estar dispuestos a introducir en cualquier momento los cambios necesarios para garantizar el éxito del programa.

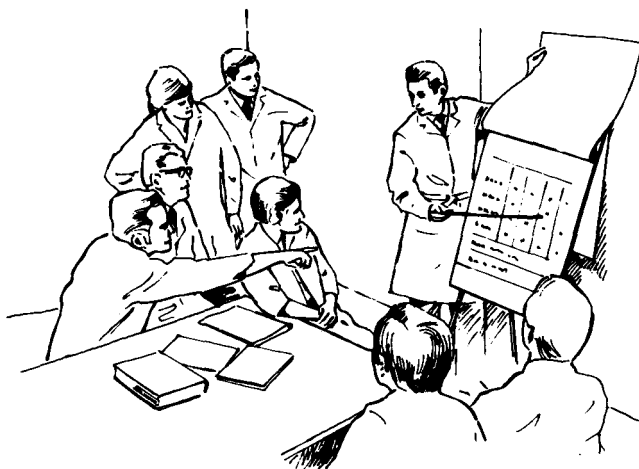
Evaluación del adiestramiento

La evaluación se realiza a lo largo de todo el programa. Las siguientes preguntas le ayudarán a reflexionar sobre cómo evaluar el adiestramiento.

- Durante las sesiones de adiestramiento, ¿se están aprendiendo las técnicas y utilizando los recursos conforme a los planes?
- Al final del programa, ¿son capaces todos los participantes de practicar las técnicas aprendidas?
- Después del programa, ¿están los participantes capacitados para poner en práctica las nuevas técnicas en la comunidad?
- ¿Se advierten cambios en el comportamiento de los miembros de la comunidad en materia de salud?

Piense en los programas de adiestramiento en los que ha participado usted. ¿Tenían siempre objetivos educativos claros? ¿Contribuyó usted en todos los casos a determinar las necesidades de adiestramiento? El material y los métodos educativos empleados ¿le permitieron practicar lo suficiente las nuevas técnicas enseñadas? ¿Con qué dificultades cree usted que tropezaron los organizadores?

**¿Cuál es el mejor programa de adiestramiento en el que ha participado?
¿Por qué considera que fue el mejor? ¿Y cuál recuerda como el peor?
¿Por qué motivo? ¿Qué se podía haber hecho para mejorarlo?**



Los programas de adiestramiento deben aplicar los mismos métodos que se espera que los agentes de salud empleen más tarde con la comunidad. Una presentación clara del problema, la discusión de las ideas y los datos por parte de los participantes y el que estos propongan soluciones realistas conducen a la participación y la acción.

El equipo de salud

¿Qué es un equipo?

Un equipo es un tipo especial de grupo. Al igual que otros grupos, el equipo posee un objetivo o meta. Cada uno de los miembros del equipo tiene unos conocimientos o responsabilidades especiales. Para que el equipo lleve a cabo su misión con éxito es preciso que todos sus miembros trabajen en colaboración.

Un posible ejemplo es un equipo de fútbol. Cada uno de los once jugadores se responsabiliza de una determinada zona del terreno de juego. Si los distintos miembros del equipo no saben cumplir bien sus respectivas obligaciones, probablemente nunca marcarán un gol. No hay ningún miembro del equipo más importante que otro.

Es cierto que finalmente es sólo una persona la que mete el balón en las redes, pero si los otros miembros del equipo no hubieran hecho bien su trabajo esa persona nunca habría tenido oportunidad de marcar el gol.

Miembros del equipo de salud

La meta u objetivo del equipo de salud es mejorar y preservar la salud de la comunidad a la que sirve. Para conseguirlo, los miembros del equipo de salud reciben cada uno una formación especial. Piense en el personal de su clínica, dispensario o centro local de salud: puede haber enfermeras, inspectores de salud pública, auxiliares, recepcionistas, dispensadores, parteras, ayudantes médicos y personal de mantenimiento.

Todas esas personas deben trabajar en colaboración para garantizar que la atención de salud llegue a los miembros de la comunidad.

Uno de los miembros del equipo de salud es, por supuesto, el médico, pero no todos los centros de salud o dispensarios disponen de un doctor en todo momento. En muchos casos el médico acude una vez a la semana o una vez al mes. Los enfermos que no pueden ser tratados en el centro de salud son enviados al hospital más cercano; allí, el equipo de salud es mucho más amplio, pues está formado por médicos, enfermeras, parteras, técnicos de laboratorio, técnicos de rayos X y auxiliares.

Los hospitales más importantes cuentan además con dentistas, fisioterapeutas, farmacéuticos, educadores sanitarios, administradores y asistentes sociales.

Responsabilidades de los miembros del equipo

Tomemos como ejemplo el programa de puericultura de un centro local de salud. El personal de enfermería examina tanto a los niños sanos como a los enfermos para ver si crecen normalmente. Tratan a algunos niños enfermos, y a otros los envían al médico. Ofrecen servicios preventivos, como vacunaciones. Los dispensadores facilitan medicamentos para los niños enfermos y conservan suministros de vacunas con fines preventivos.

Las parteras ofrecen la asistencia prenatal y durante el parto necesaria para traer al mundo niños sanos. Luego vigilan si los niños crecen normalmente. Los archiveros conservan correctamente en orden todas las fichas para facilitar la consulta del historial y comprobar la evolución de cada uno de los niños.

Los niños deben vivir en un medio saludable. Gracias a sus visitas domiciliarias, y aprovechando los proyectos comunitarios, el inspector de salud pública intenta conseguir para la comunidad un medio saludable. El personal de mantenimiento del centro o clínica garantiza que el lugar esté siempre limpio y acogedor.

Esas son sólo algunas de las responsabilidades de los diferentes miembros del equipo. Todas ellas son importantes para fomentar la salud infantil. La situación será análoga en cualquier programa de salud.

Liderazgo y cooperación en el equipo

Igual que los grupos oficiales, los equipos tienen sus líderes. Pero en este caso no son elegidos, ni tampoco heredan esa condición. De hecho, los líderes pueden cambiar de cuando en cuando en función del proyecto.

En lo que se refiere al trabajo administrativo habitual del equipo, el encargado de organizar las actividades del equipo en el centro de salud puede ser el miembro del personal de enfermería o de higiene del medio con mayor experiencia o antigüedad. Cuando hay un médico, él es quien asume esa responsabilidad.

El liderazgo de un determinado proyecto dependerá de las características del proyecto. Si éste tiene como principal objetivo la salud de las mujeres embarazadas, la más apropiada para liderar y dirigir los trabajos del equipo será una partera o un enfermera. Si el proyecto guarda relación con la higiene del medio, el liderazgo estará a cargo de un técnico de saneamiento, un inspector de salud o un superintendente de salud.

Todo lo que hemos dicho hasta ahora acerca de la necesidad de cooperar y compartir responsabilidades pertenece al dominio de los buenos deseos. Los equipos no siempre trabajan con esa armonía. A diferencia de los miembros de un equipo de fútbol, que suelen entrenarse regularmente juntos, los miembros de un equipo de salud tienden a veces a trabajar por su cuenta. Es de lamentar que en ocasiones no compartan sus experiencias y no pidan ayuda a otros miembros del equipo.

Los métodos y técnicas de educación sanitaria pueden utilizarse para mejorar el trabajo de equipo. Cada uno de los miembros del equipo debe esforzarse por fomentar las buenas relaciones y la comunicación entre todos ellos. Cuando haya que trabajar en un proyecto, deberá encontrarse la forma de que todo el mundo pueda participar y contribuir con su experiencia particular.

Para planear y evaluar los programas, el equipo cuenta con unas herramientas útiles como son las reuniones y los grupos de discusión. Las reuniones periódicas permiten evaluar los progresos realizados, estrechar las relaciones entre los miembros e identificar y resolver nuevos problemas (véase la sección siguiente sobre cómo dirigir las reuniones).

Cuando se reúna el equipo, fíjese en el comportamiento de sus miembros, incluido usted mismo. ¿Sirven para formar un grupo saludable y eficaz? Recuerde los comités de salud Unidad y Progreso de que hablamos en las páginas 111-113.

Si un equipo de salud trabaja tal como lo hacía el comité de Unidad, nunca conseguirá su objetivo de mejorar la salud de la comunidad. Las técnicas de educación sanitaria pueden fomentar un comportamiento de grupo juicioso, como el de los miembros del comité del Progreso.

Responsabilidades de los miembros del equipo en materia de educación sanitaria

El equipo de salud ofrece a sus miembros la oportunidad de colaborar para mejorar sus métodos de educación sanitaria, y de ese modo mejorar también la calidad del trabajo del equipo. Esos métodos deben emplearse también en cualquier programa que el equipo lleve a cabo. En las reuniones que mantienen, los miembros del equipo pueden decidir quién se encargará de las distintas disciplinas de educación sanitaria.

En el programa de puericultura, las enfermeras pueden organizar en la clínica programas destinados a grupos de madres; y pueden también aconsejar individualmente a las madres y niños con problemas. El personal de higiene del medio puede organizar proyectos y reuniones de la comunidad. Y los dispensadores pueden educar a los pacientes para que aprendan a emplear correctamente los medicamentos.

Cite otras actividades educativas apropiadas para los distintos miembros del grupo.

Suponga que ha de organizar usted programas de salud para a) los adolescentes, b) las personas de edad, y c) los agricultores de su comunidad. ¿Qué cometido correspondería a cada uno de los miembros del equipo de salud en los distintos programas? ¿Qué responsabilidades en materia de educación sanitaria tendría cada uno de esos miembros? ¿Qué tareas podrían corresponder a otros agentes de la comunidad en esos programas?¹

Reuniones

Una actividad frecuente de la mayoría de los grupos descritos en el presente capítulo es la celebración de reuniones para discutir y resolver los problemas. Esta sección describe las condiciones necesarias para dirigir bien una reunión.

Hay diferentes tipos de reuniones. En algunas se admite una participación general en la discusión y la adopción de decisiones (reuniones de comités, reuniones de consejos, reuniones públicas sobre un tema de interés para la comunidad). En otras, como la asamblea anual de una asociación, sólo unas cuantas personas intervienen y la mayoría de los asistentes se limitan a escuchar. En educación sanitaria las que más nos interesan son las reuniones del primer tipo.

¹ Véase también McMAHON, R. et al. *On being in charge. A guide for middle-level management in primary health care*. Ginebra, Organización Mundial de la Salud. 1980.



Hay muchos tipos de reuniones. Un pequeño grupo de líderes comunitarios pueden reunirse para debatir problemas de salud y adoptar decisiones. O bien toda la comunidad puede reunirse para charlar sobre un problema de salud y opinar sobre él. Cada tipo de reunión exige un enfoque diferente.

Objetivo

Los reuniones tienen por objeto el acopio de información, el intercambio de opiniones, la adopción de decisiones y la elaboración de planes para resolver problemas. Las reuniones difieren de las discusiones en grupo: estas últimas son libres sin reglas fijas, mientras que las reuniones suelen convocarse con un objetivo definido y están más organizadas, prueba de lo cual es que cuentan con líderes designados o elegidos. Las reuniones son importantes para que los proyectos de autoayuda tengan éxito.

Tamaño del grupo

Las reuniones celebradas por organizaciones y asociaciones suelen congregarse de 20 a 50 personas. Los líderes de la comunidad pueden organizar pequeñas reuniones donde de 5 a 10 personas tomen decisiones relacionadas con las necesidades de la comunidad. Por último, también el conjunto de la comunidad puede optar por reunirse para informarse acerca de determinados problemas y expresar sus puntos de vista.

Planeamiento de una reunión

Necesidad

Es importante que los miembros de la organización o la comunidad perciban la necesidad de realizar la reunión. ¿Es preciso reunirse para tratar el problema, o pueden abordarlo más fácilmente uno o dos de los miembros? La decisión de

celebrar una reunión debe ser adoptada por los miembros del grupo por líderes de la comunidad.

Hora y lugar

Muchos grupos organizados tienen hora y lugares fijos para reunirse. Así, los dirigentes de una aldea pueden reunirse una vez a la semana en la casa del jefe; las juntas de vecinos, una vez al mes en el local de la comunidad, y un gremio de sastres, cada dos meses en una escuela o una mezquita.

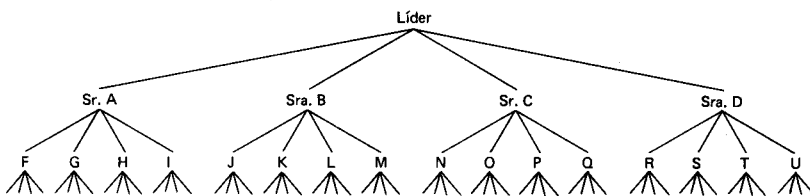
Aproveche las reuniones periódicas para resolver los problemas planteados y elaborar planes de acción. Si es preciso convocar una reunión especial, los líderes del grupo deberán decidir el lugar y la hora más convenientes para todos.

Anuncio de la reunión

Cada grupo u organización convoca las reuniones a su manera, ya sea con carteles, mediante pregoneros o de palabra. Conviene que sea el propio grupo el que haga el anuncio.

La convocatoria de boca en boca es muchas veces la mejor manera de anunciar las reuniones en una aldea o pequeño barrio. El líder explica por qué es necesaria la reunión a sus más próximos colaboradores, y éstos propagan la noticia a otros conocidos, que a su vez se lo dicen a otros, etc.

Las convocatorias se propagarán con mayor rapidez y seguridad si existe un sistema que facilite la comunicación, es decir un sistema en el que cada miembro del grupo se encargue de entrar en contacto con determinadas personas. Esto podría ocurrir así: el líder empieza anunciando la reunión a cuatro personas. Cada una de estas personas conoce los nombres de otras cuatro a las que puede comunicar la noticia. Y estas personas harán a su vez lo propio con otras.



WMO 89577

Para ello, un posible punto de partida son las diferentes zonas de la aldea o el barrio. En cada una de esas zonas debe haber alguien con quien el líder pueda

ponerse en contacto directamente. Si el señor A está ausente cuando el líder intenta ponerse en contacto con él, otra persona, el señor F, podría hacer las veces del señor A.

Las reuniones deberán convocarse con varios días de antelación para que la gente pueda prepararse con tiempo. Pero tampoco anuncie la reunión con demasiada antelación pues la gente podría olvidarse del día.

Preparar el orden del día

El orden del día es una lista de los temas que se tratarán en la reunión. Debe planearse con mucho cuidado, pues la gente que acude a una reunión tiende a perder el interés si nadie sabe lo que va a ocurrir.

Si el grupo tiene ya sus líderes, procure hablar con ellos unos días antes de la reunión para discutir el orden del día. Es posible que haya que discutir en primer lugar temas que quedaron pendientes de la última reunión, o que haya que añadir nuevos temas. El orden del día no debe ser demasiado largo; lo mejor es que contenga sólo uno o dos temas importantes. De lo contrario, la reunión se prolongará demasiado; al cabo de una hora la gente empieza a cansarse, y a las dos horas empieza a marcharse. Si la gente abandona la reunión sin haber concluido el trabajo, es posible que el grupo no consiga resolver los problemas.

Además, un orden del día extenso, puede inducir a la gente a tomar decisiones apresuradas que más tarde lamenten. Una vez aprobado el contenido del orden del día, fijese en los temas que aparecen en la lista. ¿Qué información necesitará el grupo para poder discutir los temas con la atención requerida? Si los miembros de una cooperativa de agricultores deciden reunirse para discutir cómo mejorar las cosechas, necesitarán información sobre los distintos tipos de fertilizantes, incluidos sus costes y efectos. Algunos de los líderes del grupo se prestarán voluntariamente a buscar esa información, y usted puede orientarles en esa tarea. No se encargue usted de todo: a la gente le conviene aprender a encontrar por sí misma la información y recursos necesarios.

Al convocar la reunión, aproveche para informar brevemente a la gente sobre el contenido del orden del día. Así podrán prepararse, es decir, empezar a buscar información por sí mismos, o pensar en las propuestas que formularán en la reunión.

Dirección de la reunión

Liderazgo

La mayoría de las organizaciones, asociaciones y juntas tienen sus propios líderes. Ellos son quienes deben dirigir las reuniones. Previamente, durante la preparación del orden del día, usted les habrá expresado su apoyo y les habrá hecho sugerencias.

A no ser que los líderes se lo pidan, no intervenga más que ocasionalmente. Cerciórese de que los otros miembros del grupo pueden manifestar ampliamente su parecer.

Participación

El grado de participación en las reuniones dependerá de la cultura propia de la comunidad. En algunos lugares los líderes son casi los únicos que hablan, mientras que en otros todos los asistentes participan. Fomente el tipo de participación aceptable para la gente. Para inducir a hablar a más gente puede recurrir a comentarios como estos:

- «Convendría que la gente que vive cerca del torrente nos explicara algo más acerca de esas inundaciones.»
- «A todos nos preocupa ese asunto de las mordeduras de perros; estoy seguro de que muchas de las personas que hay aquí, que tienen niños pequeños, han padecido el problema y podrían hablarnos de él.»

Dejar los puntos bien claros

Para que en la reunión se adopten decisiones razonables es preciso que todos comprendan los problemas y las soluciones apuntadas. Comentarios como los siguientes pueden ser útiles:

- «¿Todo el mundo se ha enterado de cuánto dinero costaría este proyecto?»
- «¿Podría alguien explicarnos otra vez cómo actúan esas inmunizaciones?»
- «¿Se ha enterado todo el mundo de cuáles serán las responsabilidades de la comunidad y del organismo patrocinador en la aplicación de este proyecto?»

Adoptar decisiones

He aquí cuatro maneras distintas de adoptar decisiones en una reunión:

- El grupo en conjunto discute el tema. Al cabo de un rato el líder u otra persona dice «Me parece que todos estamos de acuerdo en tomar esta medida. ¿Todo el mundo piensa lo mismo?» Aquí pueden surgir objeciones; en ese caso, la discusión se prolonga hasta llegar finalmente a un acuerdo. Es lo que se llama adopción de decisiones por consenso.
- El líder escucha atentamente, y cuando advierte que todo el mundo está de acuerdo anuncia la decisión.
- Se expone el problema ante el grupo y se pide a sus miembros que voten sobre él. Se adopta la decisión que corresponda al voto de la mayoría, esto es, se hace lo que prefiere el mayor número de personas.

- El líder decide por su cuenta lo que mejor le parece y advierte que todos deben acatar la decisión.

Los dos primeros métodos son muy parecidos. En ambos casos no se toma la decisión hasta que hay acuerdo general. Puede que esto lleve más tiempo que una votación o una decisión unilateral del líder, pero así se fomenta la participación. La probabilidad de llevar a la práctica lo acordado es siempre mayor cuando todo el mundo lo ha aprobado. Conviene levantar acta de lo que se ha decidido en una reunión, de manera que la gente no lo olvide.

Pasar a la acción

El objetivo de una reunión es decidir el plan que permitirá resolver un problema del grupo o la comunidad. Sobre cómo planear una reunión, véase el capítulo 3. En pocas palabras, el grupo debe:

- Fijar los objetivos (resultados deseados).
- Escoger las estrategias (medios para resolver el problema).
- Encontrar recursos.
- Establecer un calendario para la acción.
- Determinar las tareas que habrá que realizar, ya sea individualmente o por pequeños grupos (comités).



Un grupo puede llegar a una decisión de muchas formas diferentes. En algunos grupos, el líder es el que tiende a decidir. En otros, todo el grupo llega a un consenso o un acuerdo. Cuando todo el mundo está de acuerdo, es mucho más probable que después se actúe que si sólo una o unas cuantas personas tienen la sensación de que han participado.

- Reunirse regularmente para analizar los progresos realizados y, si es necesario, introducir mejoras o modificaciones en el plan inicial.

Piense en reuniones a las que ha asistido. Probablemente se trate de reuniones de personal del organismo donde usted trabaja, reuniones de la comunidad o reuniones de distintas organizaciones. ¿A qué atribuye el buen resultado obtenido en algunas de ellas? Y en cuanto a las otras, ¿por qué tropezaron con problemas? ¿Qué hicieron los líderes para que las reuniones transcurrieran armoniosamente? ¿O acaso los líderes crearon dificultades? ¿Por qué motivo? ¿Qué distintos criterios aplicaron los grupos para adoptar decisiones? ¿Qué ocurría cuando la gente no estaba satisfecha con las decisiones?

Un juego educativo sobre la adopción de decisiones

He aquí un juego muy sencillo que usted puede utilizar para que la gente aprenda a adoptar decisiones. No hace falta material ninguno, pero en general hay que contar al menos con 20 o más personas. Si hay menos de quince personas hay que dividir el grupo en dos en lugar de tres grupos más pequeños, manteniendo un «Grupo Uno» y eligiendo al otro entre el «Grupo Dos» o el «Grupo Tres» (véase más adelante).

Divida el grupo en tres subgrupos de igual tamaño

Pídale a cada uno de los grupos resultantes que seleccione un líder y explíqueles a todos que tienen que decidir cuál es el problema más importante en la comunidad.

Primero reúnanse por separado con los líderes

Al líder del Grupo Uno dígame que procure que la decisión final que adopte el grupo lo sea por consenso — explíquele claramente qué significa eso —. Al líder del Grupo Dos dígame que fuerce al grupo a admitir la decisión que a él le parezca más oportuna. Y al líder del Grupo Tres, dígame que someta a votación los distintos problemas señalados como los más importantes de la comunidad.

Deje que se reúnan los distintos grupos

Cerciórese de que hay espacio suficiente para que los distintos grupos puedan reunirse por separado y no se molesten unos a otros.

Conceda tiempo suficiente para el desarrollo del juego

Adoptar una decisión puede llevar varias horas. A veces incluso es preciso pedir a los grupos que vuelvan al día siguiente con sus decisiones.

Vuelva a reunirlos a todos

Una vez que todos los grupos hayan adoptado una decisión, invite a un miembro de cada uno de ellos a explicar cómo la tomaron. ¿Hubo varias personas que dijeron lo que pensaban y sentían? En los grupos Dos y Tres habrá probablemente algunas personas decepcionadas o enojadas porque la decisión va en contra de sus opiniones.

Pida a los grupos que expliquen lo que han aprendido

Pregúnteles si piensan que lo aprendido les servirá para colaborar más estrechamente en la adopción de decisiones en el futuro, y en caso afirmativo haga que expliquen qué tipo de mejoras esperan que se introduzcan en esa colaboración.

Educación sanitaria en las comunidades

Uno de los principales objetivos de la educación sanitaria es permitir a las comunidades adquirir la capacidad necesaria para proteger y promover la salud.

Mediante la participación de la comunidad, tanto profesionales como profanos estudian problemas sanitarios, aúnan sus conocimientos y su experiencia y elaboran formas y medios de resolver los problemas. Nuestra misión es ayudar a la comunidad a organizarse de modo que aprenda y después actúe en consecuencia.

En el presente capítulo se examinan las siguientes cuestiones:

- Qué es una comunidad (páginas 172–174).
- Cuándo es necesaria la educación sanitaria en la comunidad (páginas 174–175).
- Cómo conseguir que participen los líderes de opinión (páginas 175–176).
- Función de las organizaciones locales (páginas 176–180).
- El comité comunitario de salud (páginas 180–183).
- Juntas consultivas y de planificación (páginas 184–185).
- Grupos de coordinación intersectorial (página 186).
- Cómo organizar una campaña de salud (páginas 186–188).
- Acontecimientos comunitarios especiales (páginas 188–190).
- Movilización de los recursos comunitarios para un proyecto (páginas 190–193).
- Cómo asociarse con la población (páginas 193–194).
- Función del agente comunitario de salud (páginas 194–196).

La forma más segura de conseguir el progreso y el desarrollo en materia de salud es vincular a gente procedente de distintos sectores como, entre otros, educación, agricultura, industria, trabajo, urbanismo, para que elaboren sus propias soluciones a sus problemas, con la orientación de los agentes de salud y otros agentes comunitarios.

¿Qué es una comunidad?

Las personas que comparten intereses comunes y que se sienten unidas forman una comunidad. En una comunidad, la gente suele compartir valores comunes, una historia o unos antecedentes comunes, y aceptan ciertas formas de conducta como normales para todos sus miembros. También podría decirse que la gente que pertenece a cierta religión o que tiene las mismas creencias políticas forma una comunidad.

Una comunidad, por lo tanto, no es lo mismo que una zona geográfica. La comunidad está formada por gente, no por tierras, aunque sus miembros suelen saber dónde se encuentran los límites de las tierras que pertenecen a la comunidad.

Esto puede demostrarse tomando el ejemplo de una pequeño aldea. Las casas y granjas del pueblo pueden ocupar 50 hectáreas de terreno. No podemos decir, sin embargo, que la tierra con sus casas y granjas sea la comunidad. Posiblemente existan hijos e hijas de los habitantes que han emigrado a pueblos más grandes y ciudades, donde a su vez pueden tener sus propios hijos y nietos. Sin embargo, pueden seguir sintiéndose miembros de la comunidad de su aldea de origen. Otra posibilidad es que las tierras del pueblo estén ocupadas por grupos de gente procedente de distintos lugares. En ese caso, el pueblo puede albergar a dos o más comunidades. Sentirse parte de una comunidad es una sensación de arraigo que la gente lleva en el pensamiento y en el corazón. Una comunidad no puede identificarse simplemente observando las tierras o las líneas trazadas en los mapas.

Cómo definir las comunidades

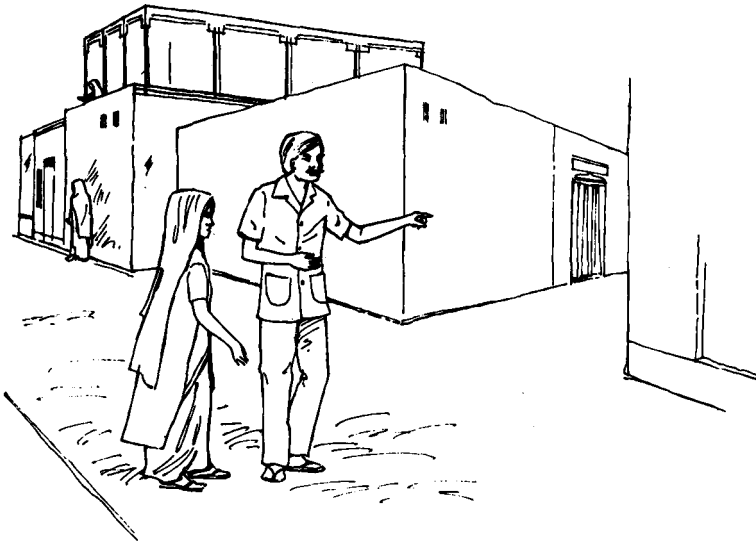
He aquí un ejemplo que demuestra por qué es necesario definir claramente las comunidades con las que trabajamos.

El Sr. Jola es un auxiliar sanitario que trabaja en un pequeño dispensario que atiende a diez aldeas. Le gustaría lograr que la población participase más activamente en la prestación de su propia atención de salud. El Sr. Jola visita todas las aldeas buscando voluntarios dispuestos a ser adiestrados en atención primaria de salud. Se detiene en la primera casa de cada pueblo y pide a la gente que le lleven hasta los líderes del mismo. Hasta ahora, todos se han mostrado de acuerdo en participar en el programa y en enviar voluntarios para que se les adiestre. Varios meses más tarde se produce un brote de cólera en el distrito vecino. El Sr. Jola se reúne con los agentes comunitarios de salud voluntarios para decidir lo que debe hacerse para proteger a la población. Tras formular diversas sugerencias, los agentes de salud comunitarios regresan para elaborar planes concretos en sus propias aldeas.

Al cabo de unas semanas, el cólera se ha propagado al distrito del Sr. Jola. Afortunadamente, gracias a la planificación previa, la mayoría de las aldeas estaban preparadas. Pocas personas cayeron enfermas y ninguna falleció salvo en una aldea, Abedo. Allí, veinte personas, todas procedentes de la parte oeste de la aldea, murieron de cólera. Como esto le pareció extraño, el Sr. Jola acudió a Abedo a investigar.

Al llegar a Abedo, el Sr. Jola fue a ver al agente de salud comunitario y le pidió que fueran a visitar la parte del pueblo donde habían muerto esas personas. El Sr. Jola habló con las familias de ese barrio y descubrió un dato interesante. Esa gente procedía originalmente de un lugar que distaba unos 50 kms. Aunque ahora vivían en Abedo, aún tenían sus propios líderes, sus celebraciones y sus costumbres. Nunca habían colaborado estrechamente con los nativos de Abedo, de modo que no habían participado en ninguna de las actividades de atención primaria de salud destinadas a prevenir la enfermedad. Aunque el mapa mostraba que esa gente vivía en Abedo, en realidad se trataba de una comunidad diferente.

**¿Cómo podía el Sr. Jola haber evitado este problema desde el principio?
¿Qué medidas deben tomarse para cerciorarse de que una comunidad se define correctamente y que se la hace participar como es debido?**



Una comunidad no puede encontrarse simplemente observando las líneas de un mapa. Es preciso andar por las calles y hablar con los habitantes para saber dónde se encuentran en su opinión los límites de su propia comunidad. La encuesta comunitaria (véanse las páginas 40–53) es un instrumento pedagógico que ayudará tanto al agente como a la población a saber mejor quién pertenece a la comunidad y cuáles son sus necesidades, recursos y cultura característicos.

El problema del Sr. Jola surgió en una zona rural. Los agentes de salud de pueblos grandes y ciudades tropezarían con el mismo tipo de problema incluso más a menudo. Los pueblos grandes están formados por muchas comunidades. Una comunidad concreta puede vivir en cierto barrio, que, si bien a veces está separado del siguiente por calles o por arroyos, a menudo no lo está.

Pida a los residentes que le digan quiénes son los miembros de la distintas comunidades o vecindarios, y dónde opinan que se encuentran los límites. Así podrá movilizarse a cada vecindario para que defina y resuelva sus propios problemas. Habrá más cooperación y participación si la gente tiene la sensación de que está unida.

¿Cuándo es necesaria la educación sanitaria en la comunidad?

Ciertos problemas relacionados con la salud pueden ser resueltos por individuos aislados. Para resolver otros, se precisa la cooperación de mucha gente. He aquí algunos ejemplos que muestran cuándo toda la comunidad debe trabajar junta para resolver un problema.

La creación de un sistema de abastecimiento de agua potable requiere tiempo, trabajo y materiales. Es poco probable que cada individuo o cada familia de una comunidad pueda permitirse tener su propio pozo higiénico. Del mismo modo, si el abastecimiento de agua de una aldea depende de uno o dos arroyos, nadie puede tener una fuente privada. En ese caso, todos los miembros de la comunidad deben cooperar en la construcción y el mantenimiento de una fuente protegida.

En algunos pueblos, la gente tiene perros para cazar, pastorear o para que les protejan. Esos perros suelen andar sueltos por el pueblo y pueden transmitir la rabia. Para aumentar la protección de la comunidad, todos los propietarios de perros deben cooperar vacunando a sus perros contra la rabia. De ello se beneficiarán no sólo ellos, sino toda la comunidad.

En épocas de emergencia, por ejemplo durante inundaciones, muchas familias pueden perder reservas de alimentos y de ropas y encontrarse expuestas a nuevos riesgos para la salud. Todos los miembros de la comunidad deben aunar sus esfuerzos y compartir lo que tienen, para que toda la comunidad pueda sobrevivir.

En resumen, la educación sanitaria de la comunidad es necesaria cuando un problema afecta a muchas o a todas las personas de la comunidad, y cuando se precisa la cooperación de todos para resolverlo.

¿Cómo puede usted desarrollar la educación sanitaria en el plano de la comunidad? Deben tenerse en cuenta tres puntos:

- Debe conseguir el apoyo de personas influyentes en la comunidad, los llamados «líderes de opinión» o «personas clave».
- Debe cerciorarse de que todas las personas de la comunidad están informadas acerca del problema y se mantienen al día en cuanto a los planes y a los progresos. Para este propósito deben utilizarse todos los canales de comunicación disponibles.
- Debe hacer participar al mayor número posible de personas, de modo que la comunidad refuerce realmente su capacidad de hacer algo por su propia salud. Esto puede hacerse mediante comités de salud comunitarios, juntas consultivas o de planificación, etc.

Examinaremos ahora cómo pueden conseguirse esos objetivos.

Cómo conseguir que participen los líderes de opinión

¿Qué es un líder de opinión?

En todo pueblo o aldea existen personas que son respetadas por las demás. Pueden ser respetadas por su capacidad para dirigir, porque son buenos en su profesión (por ejemplo, tienen una granja o un negocio que marchan bien), a causa de su larga experiencia, o porque son capaces de trabajar eficazmente con ciertos grupos, como las mujeres o los jóvenes. Algunos son muy conocidos: los líderes religiosos y políticos, por ejemplo. Otros lo son menos, pero son respetados por su sabiduría o sus habilidades especiales.

Cuando la gente respeta a alguien, normalmente acude a él en busca de consejo. Cuando habla una persona respetada, los demás escuchan. Las personas respetadas se llaman «líderes de opinión» porque las otras personas de la comunidad aprecian sus opiniones e ideas. Los líderes de opinión suelen tener seguidores. No todos los líderes de opinión son respetados por todas las personas del pueblo. Cada barrio o grupo tiene sus propios líderes de opinión.

Cómo encontrar a los líderes de opinión

Algunos líderes de opinión tienen títulos o desempeñan un cargo, lo que facilita su identificación. Por ejemplo, jefe, consejero, alcalde, pastor, imam o reverendo, entre muchos otros. Ahora bien, sólo por el hecho de desempeñar un cargo, una persona no se convierte en líder de opinión. Averigüe si una persona con título es popular dentro de la organización o el grupo político, religioso, económico o social. Si, después de hablar con miembros del grupo, descubre que la persona es popular, entonces probablemente se trata de un líder de opinión.

Como no todos los líderes de opinión tienen título, debe también buscarlos preguntando a la gente a quién acude normalmente en busca de consejo sobre cuestiones importantes (agricultura, puericultura, salud y otras necesidades). Si son muchas las personas que nombran al mismo personaje, podemos estar seguros de que esa persona es un líder de opinión.

Cómo trabajar con los líderes de opinión

Visite a los líderes de opinión de su pueblo. Averigüe lo que piensan sobre el bienestar de la comunidad, sepa lo que opinan sobre el mejoramiento de la salud comunitaria. Pídales consejo. Comparta sus propias ideas con ellos y hágales participar en cualquier proyecto local. Si aceptan sus ideas sobre la salud comunitaria, tal vez las transmitan a otros en forma de consejo. Los líderes de opinión tienen una función importante en alentar a otras personas para que adopten conductas más saludables y en apoyarles en sus esfuerzos por hacerlo.

Una cosa que hay que recordar es que, puesto que los líderes de opinión suelen ser ancianos u otras personas importantes, es preciso abordarles de modo respetuoso. Hágales saber que usted valora su liderazgo en la comunidad. Si los líderes observan que usted les respeta, escucharán sus ideas más atentamente.

Los líderes de opinión a los que usted quiera acercarse dependerán del tipo de programa. Si su programa versa sobre la salud infantil, visite a las abuelas respetadas que influyen en las prácticas de la crianza de niños. Si se trata de preparar un programa para los jóvenes, busque a los líderes juveniles y a los adultos a los que los jóvenes respetan y escuchan.

¿ Quiénes son los líderes de opinión políticos, sociales y religiosos importantes en su aldea ? ¿ Quiénes son los líderes de opinión importantes entre los labradores y los distintos artesanos ? ¿ Quiénes son los líderes de opinión importantes entre las mujeres ?

Función de las organizaciones locales

Las organizaciones locales reúnen a personas que tienen necesidades e intereses análogos. Pueden compartir ideas, ayudarse mutuamente y emprender proyectos juntos. Trate de encontrar las organizaciones en las que participan las mujeres, los jóvenes y todos los demás grupos importantes de la comunidad.

Las organizaciones locales tienen un tamaño variable según el número de personas que tienen intereses análogos y desean pertenecer a ellas. Esto puede significar 10, 50 o más personas. Si el número de miembros es grande, pueden

dividirse en comités. La cifra de 20 ó 30 es la más adecuada para llevar a cabo proyectos, pues aún permite la participación.

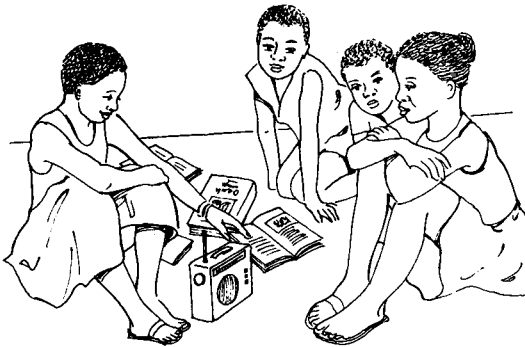
Tipos de organización local

Secciones de organizaciones nacionales

Existen numerosas organizaciones nacionales e internacionales que fomentan la creación de secciones locales. Algunos ejemplos son las Sociedades de la Cruz Roja o de la Media Luna Roja, los Scouts y el Movimiento Agrícola Juvenil 4-H. El trabajo de muchos de esos grupos está directamente relacionado con la salud y el desarrollo comunitario.

Asociaciones y clubs locales

Estos pueden formarse de acuerdo con las necesidades e intereses particulares de la gente de su comunidad. Puede existir un club de madres en la clínica preescolar. También puede organizarse un club de padres para educar y hacer participar a éstos en la atención y las necesidades de sus hijos. Los propios niños pueden formar clubs de salud.



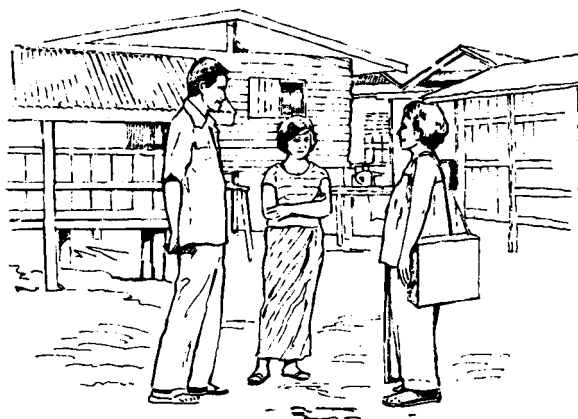
Niños en el club de salud.

Ya vimos en el capítulo 5 (páginas 132–134), que los pacientes con una enfermedad larga, la diabetes, encontraron muy útil formar un club. En una escuela puede haber muchos clubs diferentes en función de los diversos intereses de los alumnos, como las ciencias o el teatro. Los padres de niños discapacitados pueden formar una asociación para ver cómo afrontar mejor los problemas de la educación de sus hijos. Un grupo de ciudadanos puede crear una asociación que se ocupe de problemas relacionados con una enfermedad local importante o de proteger el medio ambiente.

Cómo iniciar una organización local

Identificación de las necesidades

Eche un vistazo alrededor de su clínica, sus escuelas y su comunidad. ¿Existen personas con necesidades e intereses especiales? ¿Serían capaces de resolver sus problemas mejor si trabajaran juntos en una asociación?



Si en la comunidad no hay ninguna organización que se ocupe de una necesidad especial que haya usted observado, tal vez desee crear una. Hable con la gente, especialmente con los líderes de la comunidad, para saber si sería una buena idea. A menudo ya existe alguna organización que puede ampliar sus actividades para atender esa necesidad.

Cómo fomentar el interés

Hable con la gente. Descubra qué han estado haciendo para resolver sus problemas. ¿Necesitan el apoyo y el aliento de otros? Explique la utilidad y el propósito de organizar una asociación o un club. Averigüe si la gente estaría dispuesta a reunirse con otras para hablar sobre un proyecto de esa índole.

Reunión exploratoria

Convoque una reunión en la que la gente pueda estudiar las posibilidades de la idea. En la reunión explique la idea otra vez. Anime a los asistentes a formular preguntas. Cerciórese de que entienden con claridad.

No insista demasiado en la idea. La gente puede desconfiar o mostrarse poco dispuesta a cooperar si tiene la impresión de que usted intenta obligarles. Siempre habrá alguien que tenga sus dudas. Hará preguntas como: ¿Tendremos que pagar algo? ¿Quién estará al frente? Responda a todas las preguntas educada y exhaustivamente.

Cómo definir las responsabilidades

Durante la reunión exploratoria y en adelante, deje siempre bien claro para el grupo que la asociación o el club que forman les pertenece y que serán ellos los que tomen todas las decisiones sobre las actividades. El propósito es que la gente esté mejor organizada para ayudarse a sí misma.

Explique que la misión de usted será la de consejero o guía. Usted no es el líder. Usted no dará órdenes. Usted está allí para ayudar a los miembros a hacer lo que ellos quieran hacer.

Cómo empezar

En algún momento durante la primera reunión exploratoria, o en reuniones posteriores, se decidirá si se establece un grupo oficial o no. Esta es una decisión que los interesados deben tomar por sí mismos.

No se sorprenda si, aunque la mayoría de la gente reacciona favorablemente al proyecto, algunos no lo hacen. No todos los enfermos de hipertensión desearán compartir sus problemas con otros. No todos los padres desearán pertenecer a un club de padres.

A los que estén interesados, anímelos a seguir adelante. Haga saber a los demás que serán bienvenidos al grupo siempre que tengan tiempo o que lo deseen.

Cómo establecer la estructura de la organización

Para que una asociación o un club funcionen bien durante meses o años, necesita una estructura. Esto significa que debe haber líderes, un propósito claramente definido y algunas reglas o procedimientos.

Todas estas son cuestiones y decisiones que los miembros del grupo deben tomar por sí mismos. Usted debe ayudarles a establecer las cosas del modo que les resulte más familiar y cómodo. No les diga que deben tener un presidente, un tesorero y un secretario. Explíqueles que lo normal es tener alguna forma de liderazgo, porque eso contribuye a que las cosas se hagan. Si se trata de una sección de una asociación nacional, posiblemente sea incluso obligatorio tener una estructura de liderazgo concreta. Hable con la gente para saber qué es lo que mejor encaja en la cultura local.

Puede usted hacer preguntas generales que ayuden a los miembros a pensar: «¿Qué quieren ustedes hacer en cuanto al liderazgo?» «¿Entiende bien todo el mundo el propósito del club?» Consulte la parte del capítulo 5 que alude a las reuniones si desea más información sobre cómo celebrar una. Fomente la comprensión, la participación y el consenso.

Explique a la gente que todo grupo oficial debe tener actividades y proyectos, o sus miembros perderán todo interés. Si se programan reuniones periódicas, los

miembros pueden trabajar juntos en actividades que ayudarán a resolver problemas con los que todos ellos se enfrentan.

El comité comunitario de salud

Una forma de conseguir la participación de la comunidad es favorecer el establecimiento de comités de salud. Sus miembros le ayudarán a saber la opinión de la gente sobre sus necesidades prioritarias, y a su vez usted podrá orientarles hacia las acciones apropiadas. Veamos con más detalle cuál es el propósito de un comité de salud y cómo puede establecerse.

Propósito de un comité de salud

Es difícil imaginar a 50 ó 100 personas reunidas para planear los detalles de un programa comunitario de salud. No todo el mundo tendrá la oportunidad de tomar la palabra. Se perderá mucho tiempo tratando de cerciorarse de que todos han comprendido y participado. Algunas personas no desearán perder el tiempo y probablemente intentarán forzar al grupo a tomar decisiones rápidamente. Esto puede enojar a los demás y dar pie a discusiones.

A fin de evitar esos problemas, a menudo se escogen grupos más pequeños denominados comités. Cada comité se encarga de una tarea o un trabajo concreto. Lleva a cabo esa tarea y después informa al grupo más amplio con algunas sugerencias prácticas. Las investigaciones y los planes del comité facilitan y aceleran las decisiones del grupo amplio.

Aunque cada individuo, cada familia y cada grupo de la comunidad es responsable de la salud, como ya hemos dicho antes, suele ser útil disponer de un grupo organizado, un comité, cuyo propósito especial sea reflejar las necesidades de la gente y ayudar a la comunidad a ocuparse de su salud. Cada comunidad necesitará decidir las tareas exactas que corresponden a su propio comité de salud, pero he aquí algunas tareas generales en las que trabajaría un comité de salud:

- Reunir información sobre la salud de la comunidad.
- Identificar problemas de salud en la comunidad y sus razones.
- Proponer soluciones y planes para resolver los problemas.
- Discutir esas soluciones y planes con los agentes de salud que les ayudarán: a) a decidir en materia de prioridades, b) a formular metas realistas, y c) a localizar recursos.
- Movilizar a la comunidad para conseguir las metas establecidas y resolver sus propios problemas.

- Mantener a la comunidad informada sobre los progresos y sobre los problemas que han surgido.

Cómo establecer un comité de salud

En primer lugar, debe usted averiguar si la comunidad ve la necesidad de que un grupo se encargue especialmente de problemas de salud y otros afines. La idea debe discutirse a fondo con miembros y líderes de la comunidad. Ellos deben decidir por sí mismos si desean tener un comité de salud o no. En caso afirmativo, el comité puede formarse dentro de un grupo existente o bien crearse un órgano completamente nuevo.

Tal vez existan ya en la comunidad grupos que se ocupen y sean responsables de la salud y el desarrollo de la comunidad. Es más fácil trabajar con grupos que ya existen si la gente de la comunidad los acepta y está satisfecha con la tarea que realizan. Si existen demasiados comités y grupos, especialmente si están haciendo cosas análogas, se malgastan el tiempo y los recursos y la gente acaba por perder el interés.

Tal vez ya exista un gran consejo de aldea o de la comunidad que participe en muchas actividades. Quizá ese consejo no tenga tiempo de ocuparse de cuestiones de salud, en cuyo caso es posible designar a varios de sus miembros para formar un comité de salud que informaría al gran consejo para que éste adoptara las decisiones definitivas.

Si no existe ningún grupo que puede servir de base, puede formarse un nuevo comité. Para ello es preciso seguir varios pasos.

En primer lugar, ¿quiénes serán sus miembros? Para que el comité sea útil a la comunidad, debe estar formado por personas respetadas y que estén dispuestas a trabajar activamente en pro del desarrollo de su comunidad. Otra cosa que debe tenerse en cuenta es si el comité de salud será capaz de ocuparse de los intereses de todos los grupos y sectores de la comunidad. Una comunidad suele estar formada por distintos grupos profesionales, políticos religiosos y de otro tipo. Si se deja a un grupo o sector de la comunidad al margen del comité de salud, las personas que pertenezcan a él tal vez no cooperen en un programa comunitario de salud sugerido por el comité.

En segundo lugar, ¿cómo se selecciona a los miembros del comité? Recuerde que cada comunidad tiene su propia cultura y su forma de hacer las cosas. Hay muchas formas posibles de seleccionar a los miembros del comité de salud. He aquí tres posibilidades:

- Puede celebrarse una reunión comunitaria en la que los miembros pueden ser designados, nombrados o elegidos, o en la que pueden presentarse voluntarios; elija la forma que sea más aceptable.

- Los líderes comunitarios podrían designar a las personas que, en su opinión, son las más competentes para la tarea.
- Puede pedirse a los distintos grupos de la comunidad que seleccionen a personas que los representen en el comité.

Piense en otras formas de establecer un comité de salud, y siga aquella que tenga más probabilidades de ser aceptable para la gente de su comunidad. Si los miembros no se seleccionan de una forma aceptable, la población no respetará el trabajo del comité. Probablemente convendría que cualquier comité de salud incluyera personas que practican la medicina, sea tradicional o moderna.

La siguiente cuestión que hay que examinar es el número de miembros con que debe contar el comité. Un comité de salud debe ser lo bastante grande para representar los principales intereses de la comunidad, pero lo bastante pequeño para que todos sus miembros puedan participar, discutir, y trabajar juntos con facilidad. El número ideal de miembros gira en torno a los diez.

Para terminar, ¿a quién informa el comité de salud? El comité debe informar periódicamente a los líderes comunitarios sobre sus actividades y sus progresos. También debe estar constantemente en contacto con los agentes de salud para informarles sobre los problemas y los planes y para obtener de ellos orientación y apoyo. El comité debe estar abierto a ideas y sugerencias y a recibir ayuda de cualquier miembro de la comunidad en cualquier momento.

Cómo fomentar la participación

Por experiencia, probablemente ya sepa usted que suele ser difícil conseguir la participación de todos los miembros, incluso en grupos pequeños. La participación de toda la comunidad es aún más difícil. He aquí algunas razones que la gente puede invocar para no participar en un proyecto comunitario.

- «Nadie me habló del proyecto.»
- «Me enojé porque sólo se me dijo con unos días de antelación.»
- «Nunca me dieron las gracias por el trabajo que hice la última vez.»
- «No estaba de acuerdo con el plan.»
- «Era el mismo día que el gran mercado en la cabeza de distrito, así que no pudimos ir.»
- «Nadie me dijo exactamente lo que yo tenía que hacer.»
- «Nadie pidió mi opinión, así que ¿por qué iba a ayudarles?»

¿Le han dado alguna vez otras razones para no participar?

Para fomentar la participación, debe usted tratar de:

- Mantener a la población informada sobre las actividades que se planean.
- Alentar la formulación de sugerencias al comité de planificación, directamente o por conducto de un representante.
- Fijar tareas y trabajos concretos para todo el mundo. Necesitará usted explicar las tareas y tal vez organizar cierto adiestramiento. La población también debe entender la importancia de su propia tarea para el éxito de todo el proyecto.
- Averiguar la fecha en que habrá más gente disponible para participar.
- Elogiar y manifestar agradecimiento a todos los que ayuden. Por ejemplo, puede usted tomar una fotografía de todos los que ayudaron en un proyecto y exponerla donde puedan verla los miembros de la comunidad.



Una campaña eficaz de limpieza comunitaria exige la participación de individuos, grupos y vecindarios enteros. Hay que procurar que las actividades de limpieza prosigan durante todo el año.

Juntas consultivas y de planificación

Debe designarse una instalación comunitaria de salud, por ejemplo un centro de salud o un dispensario, para atender las necesidades de la población. Los servicios que ofrece deben seguir siendo considerados útiles para la comunidad.

Participación comunitaria

Tiene que haber algún medio por el que la gente de la comunidad pueda manifestar no sólo sus opiniones y sus sugerencias, sino también participar en la adopción de decisiones sobre la organización y el funcionamiento de los servicios.

Un forma de cerciorarse de que las opiniones de la comunidad se escuchan y se tienen en cuenta es organizar una junta consultiva y de planificación formada por ciudadanos que hacen uso de los servicios.

Este cometido podría cumplirlo un grupo o comité ya existente. Si es preciso formar un nuevo grupo, siga las indicaciones generales que se han dado para formar un comité de salud. Los miembros de la junta deben estar dispuestos a trabajar. Deben reunir buena información de base sobre los problemas antes de hacer sugerencias.

Opiniones de los agentes de salud

Los agentes de salud suelen sentirse incómodos cuando los miembros de la comunidad formulan sugerencias y críticas acerca del servicio de salud. Tienen la sensación de que la comunidad no aprecia su difícil trabajo. Por lo general, no es este el caso. La población sencillamente desea lo que en su opinión es lo mejor para ellos mismos y sus hijos.

Una junta consultiva no funcionará a menos que el personal de salud acoja la idea con el mismo entusiasmo que la comunidad. También será necesario celebrar reuniones, debates e incluso consultas individuales con el personal de salud sobre la cuestión de la participación comunitaria. El propio personal de los servicios de salud tal vez necesite enterarse bien del valor y el significado de la participación tal y como la hemos descrito en este libro (véase en especial el capítulo 2, páginas 32–36).

Adiestramiento de los miembros de la junta

Los miembros de la comunidad que trabajan en una junta consultiva o de planificación deben ser adiestrados para que puedan realizar correctamente su tarea y comunicarse fácilmente con el personal.

Aptitudes para la comunicación

Los miembros de la junta agradecerán que los agentes de salud empleen términos sencillos que puedan entender fácilmente, y que se les explique el significado de algunos de los términos técnicos o palabras especiales que los agentes de salud utilizan. Así, estarán más capacitados para comprender lo que se discute en las reuniones. Los miembros de la junta también necesitan saber que sus preguntas se acogen favorablemente.

Acopio de información

Si los miembros de la junta saben cómo reunir información precisa sobre los problemas de salud de su comunidad y sus posibles causas, serán capaces de formular al personal de salud sugerencias más adecuadas acerca del mejoramiento de los servicios.

Dirección de una reunión de la junta

La marcha de una reunión difiere en las distintas culturas. El personal de salud puede tener también su propia forma de llevar una reunión. Cuando el personal de salud y los miembros de la junta se reúnan, deben ponerse de acuerdo en la manera de dirigir la reunión, la forma en que se concederá la palabra, la forma en que se adoptarán las decisiones, el tipo de liderazgo que habrá y otras cuestiones.

Sean como sean las reuniones de adiestramiento que usted organice, debe recordar que los miembros de la junta y el personal de salud deben estar en buenas relaciones si van a trabajar juntos. Pueden preverse reuniones oficiosas en las que los miembros y el personal se conozcan de un modo más personal. También pueden ser útiles las reuniones en grupos pequeños y las discusiones entre dos personas.

Cómo actuar

Los miembros de la junta deben tomarse el tiempo necesario para explicar y debatir sus opiniones con los agentes de salud hasta que todos ellos vean claramente la forma de actuar. A continuación deben estar dispuestos a trabajar con los agentes de salud para estar seguros de que los cambios y las mejoras se hacen como habían deseado.

Contacto con la comunidad

Al igual que un comité de salud, la junta consultiva sirve a los líderes y a los miembros de la comunidad. La junta debe reunirse con grupos y líderes comunitarios para compartir con ellos lo que saben sobre el servicio de salud. En cierto modo, la junta es un vínculo entre la comunidad y el servicio de salud.

Grupos de coordinación intersectorial

Hasta el momento sólo hemos hablado sobre personal de salud y grupos. Hay muchas otras personas que trabajan en pro del mejoramiento y de la salud de la comunidad: agentes agrícolas, asistentes de bienestar social, funcionarios de desarrollo comunitario, maestros de escuela, profesores de enseñanza de adultos y otros. Todas estas personas deben participar en la mayor medida posible en todos los programas de salud, y los agentes de salud deben a su vez participar en los programas de otros agentes y organismos comunitarios. Otro grupo importante que debe participar es el formado por las personas que trabajan para los medios de información (locutores de radio, periodistas, etc.), si estas personas existen en su comunidad.

Para que esta participación sea fructífera, debe existir una buena comunicación entre todos los diferentes organismos. La formación de un consejo de servicios comunitarios es una forma de promover la comunicación y la cooperación. Ese consejo puede reunirse periódicamente, tal vez una vez al mes, o con más frecuencia, en caso necesario. Cada organismo tendría algunos representantes. En el consejo podrían examinarse las necesidades generales de la comunidad y planearse las funciones y responsabilidades de cada organismo.

Sumamente importante para que el consejo funcione correctamente es saber organizar reuniones y fomentar un comportamiento de grupo juicioso. Cada organismo tendrá la sensación de que su tarea en la comunidad es esencial. Tal vez los pertenecientes a un organismo no confíen en los de otro. Pueden haber existido desacuerdos en el pasado. Para conseguir buenas relaciones, tal vez haya que trabajar duro. El tiempo y el esfuerzo merecerán la pena, ya que los miembros de la comunidad se beneficiarán de la mejora de los servicios.

Antes de establecer una estructura nueva, ya sea un comité de salud, una junta de asesoramiento, una asociación local o un consejo, que facilite la coordinación intersectorial, debe usted estudiar detenidamente las estructuras que ya existen en la comunidad y ver si pueden servir para el propósito previsto. Muchas veces es tentador crear un grupo nuevo, pero tal vez sea más sensato ampliar una organización que ya ha demostrado su eficacia.

Cómo organizar una campaña de salud

Propósito

Para promover los conocimientos, las técnicas, las actitudes y los valores relativos a una determinada cuestión sanitaria pueden planearse campañas. También pueden utilizarse para llevar a cabo un proyecto concreto de mejora comunitaria.

El conocimiento por parte del público es la clave para que una campaña sanitaria tenga éxito. Por lo tanto, debe iniciarse un programa de información

pública cuidadosamente planeado tan pronto como la comunidad decida la cuestión o el problema que desea abordar. La gente necesita saber qué es lo que va a pasar, cuándo pasará, y por qué el proyecto es importante para ellos. En el curso de la campaña, esa información se facilita mediante una serie de mensajes, para los que se usa todo canal de comunicación disponible, inclusive los desplazamientos personales a lugares alejados, pregoneros, carteles, sistemas de comunicación con el público, anuncios en lugares de reunión y, de ser posible, en la radio y los periódicos.

Las campañas de salud se organizan en torno a una cuestión o un problema. En otros términos, tienen un «tema». He aquí algunos ejemplos: «por una comunidad más limpia», «inmuniza a tu hijo», «una alimentación correcta para un cuerpo sano», «agua limpia: buena salud». Estos «temas» a menudo se convertirán en el nombre de la campaña, así que deberán ser cortos, pegadizos y fáciles de recordar.

La campaña debe tratar de un problema real que hayan fijado los propios miembros de la comunidad o que admite toda la comunidad. Si en ésta existe un comité de salud, debe dedicarse a identificar cuestiones que puedan ser objeto de campañas y planear la acción apropiada. La duración de las actividades reales de la campaña en la comunidad no suele sobrepasar una semana o un mes. Por este motivo, a menudo se alude a las campañas como «semanas de salud».

Planificación previa

Mientras que la campaña propiamente dicha tal vez no dure más que una semana, debe ir precedida de una cuidadosa planificación. El comité puede trabajar durante varios meses o un año a fin de planificar una campaña fructífera y el necesario seguimiento. Debe entrarse en contacto con miembros de la comunidad con mucha antelación, si se quiere que participen en los proyectos y adopten dinero y materiales. Es preciso localizar recursos y organizar actividades educativas.

El empleo de diversos métodos de educación sanitaria contribuirá a reforzar los efectos. Pueden hacerse pequeñas representaciones de teatro, charlas sobre salud, exposiciones, manifestaciones, reuniones comunitarias y debates en grupo. Pueden organizarse las programas en las escuelas, así como con otros grupos comunitarios.

Se dan oportunidades a la comunidad para participar en proyectos como cavar letrinas o construir incineradores.

Seguimiento

Una actividad que dura una semana genera mucha animación e interés. Pero los problemas de salud no se resuelven si la población trabaja sólo durante una

semana al año. Deben comportarse de manera saludable durante todo el año. Deben ayudar a mantener los pozos y letrinas comunitarios en buen funcionamiento todos los días, no sólo uno. Si existe un comité de salud, sus miembros deben estar atentos para ver si la población sigue practicando las técnicas de salud que aprendió durante la campaña. Las visitas a domicilio, las reuniones comunitarias, los carteles, los debates en grupo y los proyectos escolares durante todo el año ayudan a la gente a refrescar sus conocimientos y a poner en práctica los conocimientos adquiridos, así como a mantener las instalaciones de salud que crearon.

La necesidad de actividades de seguimiento es una de las razones por las que las campañas deben ser organizadas por la propia comunidad (por conducto de sus comités o sus consejos), y no sólo por los agentes de salud. Esas actividades se llevan a cabo con la mayor eficacia por la gente que vive en la comunidad.

Por ejemplo, una campaña de inmunización de una semana sería inútil si no fuera seguida por actividades posteriores de vigilancia. Hay varias vacunas que requieren segundas dosis tres meses después de la primera. También los recién nacidos deben ser inmunizados en diferentes momentos a lo largo del año. Las actividades de seguimiento planificadas son, por tanto, esenciales para asegurarse de que la campaña alcanza con éxito sus objetivos de salud.



A este niño se le está inmunizando durante una campaña. Para que una campaña tenga éxito, es preciso llevar a cabo un seguimiento regular.

Acontecimientos comunitarios especiales

Todas las comunidades tienen sus festivales, celebraciones y ceremonias. Pueden marcar estaciones especiales del año como las cosechas, la época de

siembra o el nuevo año. Algunas fiestas son religiosas o políticas, otras se celebran en recuerdo de acontecimientos y héroes nacionales. Por lo general hay muchas festividades de ese tipo a lo largo del año.

Algunas festividades son un momento de diversión y descanso. Otras exigen una reflexión profunda y una devoción serena. Sea cual sea el propósito del festival, en él suele participar toda la comunidad.

Valor educativo

La mayoría de los acontecimientos comunitarios tienen alguna relación con la salud y el bienestar de la comunidad. La fiesta de la cosecha o de acción de gracias es el momento de apreciar y de disfrutar la generosidad de la tierra. También puede ser el momento de reflexionar sobre cuestiones como las siguientes:

- la nutrición
- el almacenamiento de alimentos
- el destino que se dará a los beneficios
- cómo planificar una cosecha mejor la temporada siguiente.

El elevado nivel de interés y de animación que se produce durante las fiestas y las celebraciones puede centrarse en esas cuestiones, todas ellas relativas a la salud. La educación sanitaria en forma de teatro, canciones, bailes, exposiciones, proyectos escolares y debates en grupo puede planificarse para la época de las fiestas. Si se trata de un acontecimiento político o religioso, se puede pedir a los líderes de opinión que aludan a cuestiones de salud en sus discursos y sermones. Durante el periodo de fiestas, los escolares pueden organizar actividades especiales para sus escuelas y sus padres.

En el dispensario se pueden dar charlas y organizar demostraciones. Haga saber a la población que el tema tiene relación con el festival que se celebra. Utilice los bailes tradicionales, los cantos, las representaciones, los cuentos y otras formas artísticas tradicionales.

La planificación de programas educativos para un acontecimiento o una festividad se parece mucho a la planificación de una campaña de salud. Así, cerciórese de que los grupos y comités comunitarios participan en la elección y la planificación de las actividades educativas. Al igual que en las campañas, la participación comunitaria es esencial para garantizar un seguimiento que hará que las nuevas ideas y aptitudes de la población no se pierdan.

¿Cuáles son las fiestas y los acontecimientos de su comunidad? ¿Qué relación guarda cada festividad con el desarrollo sanitario o de la comunidad? ¿Qué tipo de actividades educativas podrían resultar útiles en cada fiesta? ¿Quiénes son los líderes locales de opinión, los artistas y los agentes comunitarios que podrían ayudar en los programas educativos?



Una fiesta en la comunidad.

Movilización de los recursos comunitarios para un proyecto

La movilización de recursos comunitarios significa que se anima a cada miembro de la comunidad para que aporte los recursos que pueda ofrecer para resolver un problema comunitario. Un comité, un club o una asociación de salud no pueden construir un nuevo mercado, una carretera o un pozo por sí solos. Necesitan la ayuda de toda la comunidad.

Planificación del proyecto

Los conocimientos sobre planificación que se describen en el capítulo 3 resultan sumamente útiles aquí. Una de las principales cosas que hay que recordar es que la comunidad debe:

- determinar sus propias necesidades

- planificar sus propias soluciones
- conseguir que en el proyecto participe voluntariamente el mayor número posible de personas.

Uno de los principales objetivos es fortalecer la capacidad de la gente para resolver sus problemas utilizando sus propios recursos. Además de ser la forma menos costosa de resolver un problema, el empleo de los recursos locales da también a la población una sensación de orgullo y autoestima. La identificación de recursos (páginas 64–71) es de enorme importancia para la movilización eficaz de la comunidad.

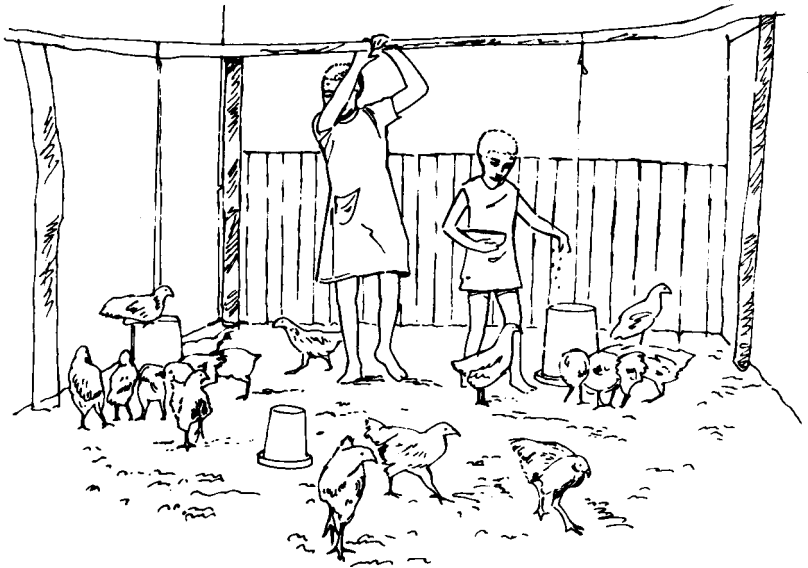


Los habitantes de esta aldea han decidido construir ellos mismos una nueva aula para su escuela primaria. Aquí vemos a las mujeres sacando arena, un recurso local que puede utilizarse para preparar el cemento necesario.

Usted no debe hacer planes para el grupo. Anime a sus miembros a tomar decisiones por sí mismos. La adopción de decisiones es una de las técnicas que el grupo está aprendiendo. Naturalmente, usted puede orientarles y formular sugerencias. En particular, cerciórese de que el grupo es realista en cuanto a la cantidad de tiempo y otros recursos que necesitarán para el proyecto.

Desarrollo de la autorresponsabilidad

A medida que el grupo inicia el proyecto, debe usted seguirlo de cerca para observar y para dar ideas. Tal vez tenga usted que demostrar algunas técnicas nuevas. Después, retírese y deje que la gente aprenda haciendo el trabajo por sí misma. A medida que se va haciendo el trabajo, reúnanse con la población y comente con ellos sus progresos. Descubra lo que están aprendiendo. Elógieles cuando las cosas vayan saliendo bien.



Los niños de la escuela pueden ocuparse de un gallinero para aprender sobre nutrición, adquirir un sentido de la responsabilidad y aprender métodos de autoayuda. Esos conocimientos y el sentimiento de autorresponsabilidad acabarán transmitiéndose a las familias de los niños.

Señale cualquier problema que observe. Pida al grupo que piense en soluciones para los problemas.

Al final, comente con la persona o el grupo los resultados que han conseguido. Averigüe si están contentos con la forma en que el proyecto ha resultado. ¿Qué nuevas técnicas e ideas han aprendido? ¿Qué podría hacerse mejor la próxima vez? Elógieles por lo que han conseguido. Esto les animará a continuar.

Si un proyecto fracasa, la gente suele enfadarse o entristecerse. Esto es natural. Si sucede, debe usted ayudar a la gente a ver que de los errores también se aprende. Ayúdeles a ver las razones del fracaso. No deje que unos comiencen a culpar a otros. Anímeles a que charlen sobre cómo trabajarán mejor la próxima vez.

Piense sobre los valores en la comunidad en la que usted trabaja. En ella, ¿valora la gente la cooperación y la ayuda a los amigos necesitados? ¿Se valora la idea de que cada persona preste servicio a la comunidad? ¿Es importante para la gente que su comunidad dé una imagen de progreso a las comunidades vecinas?

Si estos valores están presentes en una comunidad, es probable que la población se vea motivada a actuar de un modo que mejore su comunidad y desarrolle la autorresponsabilidad.

Cómo asociarse con la población

La gente no siempre comprende por qué debe intentar mejorar su propia salud por su propio esfuerzo. A veces tiene la sensación de que la atención de salud incumbe al gobierno. No hay duda de que el gobierno tiene una responsabilidad en este sector. Y es evidente que el fomento de la autorresponsabilidad de la gente no debe de ningún modo ser una excusa para que los agentes de salud descuiden la prestación de servicios que la comunidad tiene derecho a recibir.

He aquí un ejemplo de un proyecto basado en la comunidad en el que llevó mucho tiempo establecer una verdadera asociación.

Desde el principio, los agentes del proyecto de salud intentaron hacer participar a la población en la planificación y la programación. Se preocuparon de preguntar «¿qué podemos hacer juntos sobre el problema?», y comenzaron a definir las cuestiones con la población. A la gente esto le gustó mucho, porque tenían algo que aportar. Previamente, en otro proyecto de desarrollo realizado en la zona, los agentes de salud habían estado haciendo encuestas sin consultarles. La población ni siquiera sabía qué sucedía después con las encuestas. No había ningún tipo de comunicación de resultados. Así que, esta vez, apreciaron realmente participar y que se les informara.

No obstante, cuando llegó el momento de planificar y los agentes de salud preguntaron «¿qué pueden ustedes hacer sobre su problema?», la gente se sorprendió mucho.

Contestaron «¿por qué nosotros, por qué no ustedes? Es su deber». Había sido muy cómodo en otros tiempos dejar que fueran los agentes de salud los que se encargaran de la acción. Ahora se les pedía que hicieran algo sobre sus problemas ellos mismos. La población no entendía en absoluto por qué tenía que ser así.

El líder del proyecto dijo que una lección importante que aprendieron fue que tuvieron que ayudar a la gente a volver a adquirir confianza en sí misma y convencerles de que podían hacerlo. Explicó que, en otros tiempos, los agentes de salud habían despojado a la población de su poder de decisión y les habían desacostumbrado a pensar por sí mismos. Esto hizo que la gente perdiera confianza en su capacidad de convertirse en socios activos.

La asociación, la autorresponsabilidad y la participación comunitaria son fáciles de discutir en una asamblea. Son mucho más difíciles de poner en práctica. Como dice el refrán, «del dicho al hecho va un gran trecho». Hacer participar a la comunidad exige una enorme inversión de recursos humanos, tiempo y esfuerzo. Ningún agente de salud puede hacer una inversión eficaz sin compromiso y motivación. Lo que ayudó a los trabajadores del proyecto a pasar los momentos difíciles del principio fue que creían en la gente. Los agentes del proyecto dieron a la comunidad mucha más que experiencia y conocimientos técnicos: estaban

totalmente decididos a hacer que el proyecto funcionara. Cuando la población se dio cuenta de ello, comenzó a nacer una relación positiva.

Hoy en día el proyecto se está desarrollando muy bien y la población participa muy activamente.

Piense en su propia experiencia. ¿Alguna vez ha encontrado a gente que se resistía a esforzarse o a asumir ciertas responsabilidades para mejorar su salud? ¿Cuáles eran los motivos? ¿Tenía usted los conocimientos necesarios para actuar? ¿Les había enseñado usted estos conocimientos?

¿En qué circunstancias encontró usted que la gente estaba más dispuesta a cooperar? ¿Cuáles fueron los factores que crearon esta asociación entre usted y ellos?

Función del agente comunitario de salud

Una de las formas más importantes de facilitar educación sanitaria a una comunidad es mediante la elección y el adiestramiento de agentes comunitarios de salud.

Funciones del agente comunitario de salud

El agente comunitario de salud procede de la propia comunidad y se le adiestra para trabajar en ella, en estrecha relación con el sistema de atención de salud. De él se espera que desempeña una amplia variedad de funciones, entre las que suelen figurar: visitas a domicilio, saneamiento del medio, provisión de un abastecimiento suficiente de agua potable, primeros auxilios y tratamiento de afecciones sencillas y comunes, educación sanitaria, vigilancia nutricional, actividades en materia de salud maternoinfantil y planificación de la familia, lucha contra las enfermedades transmisibles, actividades de desarrollo comunitario, envío de casos, mantenimiento de registros y acopio de datos civiles.

Esas funciones se han configurado en gran medida gracias a la Declaración de Alma-Ata, en la que se perfilaban los ocho componentes esenciales de la atención primaria de salud: la educación sobre los principales problemas de salud y los métodos de prevención y de lucha correspondientes; la promoción del suministro de alimentos y de una nutrición apropiada; un abastecimiento adecuado de agua potable y saneamiento básico; la asistencia maternoinfantil, con inclusión de la planificación de la familia; la inmunización contra las principales enfermedades infecciosas; la prevención y la lucha contra las enfermedades endémicas locales; el tratamiento apropiado de las enfermedades y traumatismos comunes; y el suministro de medicamentos esenciales.

El agente comunitario de salud se encuentra en una situación excepcional porque tiene una misión tanto en la comunidad como dentro del sistema de atención de salud. Puede así servir de puente entre la una y el otro. En la comunidad ayuda a definir problemas y a reconocer a las personas expuestas o necesitadas. Hace participar a la comunidad en la planificación de la forma de abordar sus propios problemas, y a estar en contacto con los servicios de salud. El agente comunitario de salud también facilita a los servicios de salud la información necesaria para la vigilancia, la planificación y la gestión.

Adiestramiento y supervisión

El adiestramiento y la supervisión del agente comunitario de salud se encuentran entre las primeras tareas de atención primaria de salud en la que la educación sanitaria desempeña un papel sumamente importante. Mediante la educación sanitaria, tenemos que cerciorarnos de que la comunidad participa en la selección de sus agentes de salud. Charlando con los futuros alumnos, debemos llegar con ellos a un acuerdo sobre la hora y el lugar que mejor conviene para el adiestramiento. Durante el mismo, deben utilizarse métodos locales de comunicación y educación, para facilitar la comprensión. Los instructores deben aprender cómo se valora la salud y las enfermedades concretas en la cultura local, de modo que las creencias y las costumbres locales puedan discutirse con provecho durante el adiestramiento.

El agente comunitario de salud funciona como un «puente» entre la comunidad y los servicios de salud, y desempeña una misión esencial ayudando a la comunidad a expresar sus necesidades y a desarrollar la



Este hombre se ofrece como voluntario para ser agente de salud.

autorresponsabilidad. El concepto del agente comunitario de salud constituye un progreso importante en la búsqueda de formas de conseguir que la atención de salud sea accesible a todos.

Muchos agentes comunitarios de salud, si no todos, son voluntarios. A cambio de su trabajo reciben una cantidad mínima, o en algunos casos nada. Necesitan el apoyo constante del personal de supervisión, como la enfermera comunitaria o el inspector de salud pública, para ayudarles a mantener un buen estado de ánimo. Los supervisores deben ayudar a los agentes comunitarios de salud a recordar sus tareas. También deben ayudar informando a la comunidad sobre las tareas de los agentes comunitarios de salud y alentar a la comunidad para que apoye su trabajo. Debemos tener cuidado de no exigir demasiado a los agentes comunitarios de salud que sean voluntarios. Debemos animarles constantemente y elogiarles cuando lo merecen, puesto que sin esos agentes no habría atención primaria de salud en las zonas rurales.

Cómo transmitir el mensaje de salud: métodos y medios

Como ya hemos visto, la educación sanitaria ayuda a la gente a tomar decisiones juiciosas acerca de su salud y de la calidad de vida de su comunidad. Para hacerlo, la información debe ser concisa y presentada en forma comprensible. Con frecuencia es preciso presentar los mismos hechos e ideas de distintas maneras.

En el presente capítulo se estudian los métodos, los medios de información y las técnicas que pueden emplearse para transmitir mensajes de salud. También se sugieren formas de desarrollar y utilizar cada método. El capítulo no puede abarcar todos los métodos. Seguramente se le ocurrirán a usted otras formas de informar y educar a la gente que le rodea. De hecho, cuanto mejor conozca usted a la población local, más probabilidades tendrá de encontrar las mejores maneras de comunicarse con ella. Existen dos formas distintas de transmitir mensajes de salud. La primera es el método directo, de persona a persona, en el que usted, el agente de salud, es el principal comunicante. La segunda es el método indirecto, en el que su misión consiste en hacer llegar a su público local mensajes de salud que proceden de otra fuente, por ejemplo programas de radio y televisión. Esta clasificación en dos grupos es muy general, y a menudo hay campos comunes a uno y otro. Los carteles, por ejemplo, pueden considerarse método indirecto cuando se colocan sencillamente en el tablón de anuncios de un centro de salud. También pueden completar los métodos directos cuando se utilizan como parte de una charla sobre salud. Los métodos indirectos pueden originarse dentro o fuera de la comunidad local. El material producido localmente será especialmente adecuado, pero usted puede conseguir que el material exterior sea más eficaz para su comunidad según la forma en que lo use y lo interprete.

Lo más importante que hay que recordar es que una comunicación eficaz en materia de salud raras veces se consigue utilizando solamente un método, ni siquiera dos o tres. El éxito dependerá de la habilidad con que usted combine una variedad de métodos, tanto personales como indirectos, para conseguir su propósito educativo. Usted trabaja en el punto crítico en el que los medios de información entran en contacto con la población.

Cómo transmitir el mensaje de salud

Naturaleza y función de la comunicación

Ya hemos visto en el capítulo 2 que la educación sanitaria consiste en personas que trabajan con otras personas para resolver problemas y mejorar la calidad

de la vida. La comunicación ayuda a equipar a las personas con los hechos, las ideas y las actitudes que necesitan para adoptar decisiones informadas sobre su propia salud.

La comunicación se produce cuando un mensaje se transmite y se recibe. El mensaje en educación sanitaria es algo que se considera importante que la gente de la comunidad sepa o haga. La fuente puede ser un agente local de salud o un gobierno nacional, o tal vez los miembros de la comunidad reconozcan ellos mismos la necesidad de un cambio. El mensaje puede transmitirse de una persona a otra en conversaciones privadas, en una reunión en grupo, en una charla sobre salud, o indirectamente por una emisión de radio o un periódico.

Lo importante es lo que sucede cuando el mensaje alcanza al público al que va dirigido. Si lo escuchan y lo comprenden, y están dispuestos a creerlo, se ha establecido una comunicación correcta.

La comunicación por sí sola raras veces modifica el comportamiento. Como ya hemos visto, el comportamiento es demasiado complicado para eso. Pero los hechos o las ideas que se han oído, comprendido y creído son necesarias para preparar el camino hacia un cambio deseado en el comportamiento y una participación comunitaria informada.

Requisitos para una comunicación eficiente

El capítulo 3 (páginas 74–80) se dedicó a la selección de métodos apropiados como parte del proceso de planificación en educación sanitaria. Una vez examinadas varias cuestiones básicas relativas a la población, los recursos, las circunstancias y la cultura locales, aún quedan preguntas por responder. Estas se refieren a la forma de poner en práctica los métodos educativos y a la necesidad de ensayar previamente métodos y materiales.

Comó aplicar métodos educativos

A la hora de poner en práctica métodos educativos, hay que tener en cuenta tres cosas:

- cuándo encontrar a la población
- dónde encontrar a la población
- cómo hacer participar a la población.

Escoja el momento oportuno

Por ejemplo, cuando trabaje con labradores, averigüe cuándo trabajan y cuándo descansan. Las mujeres suelen trabajar unas horas en la casa y otras

fuera de casa ; y otras horas acuden al mercado. Una reunión o un debate con mujeres debe fijarse para un momento en que tengan tiempo libre. Si se va a hacer una demostración en el mercado, conviene elegir la hora en la que la gente se reúne allí. En el caso de los niños, debe usted saber cuándo están en la escuela, cuándo están ayudando a sus padres y cuando tienen tiempo libre. Reúnase con la gente interesada y fije el momento que mejor convenga a todo el mundo para el programa educativo.

Escoja un lugar conveniente

Descubra dónde suele reunirse la población : mercados, escuelas, lugares de trabajo, iglesias, mezquitas o templos. También hay otros lugares donde se celebran reuniones sociales. Tal vez exista un pequeño edificio comunitario que se utiliza para reuniones importantes. Es posible que la gente también se reúna frente a la casa del jefe o a las casas de otros líderes importantes. Usted e el grupo pueden decidir cuál es el lugar más accesible para todos.

Haga participar a la población

Hay muchas formas de hacerlo. Algunos métodos, como las representaciones teatrales y los debates, requieren más participación que otros. Pero incluso cuando dé usted una charla o pase una película siempre puede encontrar la forma de hacer participar a la gente formulando preguntas o consiguiendo que ellos mismos hagan algo. Fomentar la participación es muy importante porque la gente aprende mejor cuando no tiene un papel pasivo. Con cada método se estudiarán los medios de hacer participar a la gente.

Ensayo previo

Antes de poner un método educativo en práctica o de utilizar materiales didácticos, debemos asegurarnos de que se adaptan perfectamente a la situación y al grupo ; de lo contrario no tendrán el efecto deseado. Por eso, es necesario proceder a un ensayo previo siempre que sea posible. El ensayo previo significa probar un método educativo con un pequeño grupo de personas. Si el método funciona de la forma esperada, entonces puede utilizarse con otras personas y grupos de la comunidad.

Los métodos y los materiales que necesitan ensayarse con antelación son todos aquellos que se preparan por adelantado, como historietas, fábulas, canciones, carteles, rotafolios, franelógrafos, representaciones teatrales, marionetas, películas, diapositivas y fotografías. No todos los métodos pueden ensayarse con antelación porque no todos ellos pueden prepararse previamente. Por ejemplo, cuando se trate de improvisaciones teatrales, reuniones y grupos de discusión, puede haber una idea general del tema con antelación, pero estos métodos sólo funcionan si los participantes construyen la acción y toman las decisiones sobre la marcha. En otras palabras, la gente debe tener la libertad de actuar con creatividad.

Es necesario ensayar previamente los métodos y los materiales. En primer lugar, quizá la gente no comprenda el propósito del método. En segundo lugar, tal vez no entienda el mensaje que usted trata de compartir. En tercer lugar, es posible que no les guste lo que ven u oyen. Si, por ejemplo, un cartel no resulta atractivo, la gente puede no prestarle atención. Si descubre los problemas que tiene la gente a la hora de comprender sus métodos, podrá usted cambiarlos y mejorarlos. Sus métodos educativos serán más eficaces si puede mejorarlos antes de iniciar el programa. He aquí los pasos que puede usted seguir en los ensayos previos:

Prepare bien sus materiales

Obsérvelos usted mismo para ver si son claros y sencillos. Corrija todos los errores.

Reúna al grupo para el ensayo previo

Escoja personas del mismo tipo de las que utilizaron los materiales acabados. Si se propone enseñar carteles a un grupo de madres en un dispensario preescolar, reúna a cuatro o cinco de ellas para ensayar el material. Si está usted preparando una historieta para labradores, reúna a un grupo de ellos para que la escuchen.

Presente los materiales

Deje que el pequeño grupo vea u oiga lo que usted ha preparado.

Haga preguntas

Averigüe si el grupo ha comprendido y aceptado lo que usted les ha presentado. Si estaba usted ensayando un cartel, he aquí algunos ejemplos de los tipos de preguntas que puede usted formular.

- En su opinión, ¿qué mensaje o idea contiene este cartel?
- ¿A quién piensa usted que está dirigido este cartel (adultos, niños, hombres, mujeres, labradores, obreros, etc.)?
- ¿Qué pensarían sus amigos si vieran este cartel?
- ¿Cree usted que el cartel podría ser más bonito? ¿Cree usted que el cartel está concebido para personas que viven en esta aldea/pueblo/zona?
- ¿Piensa usted que debería tener otros colores?
- Las figuras, los dibujos y las palabras, ¿son bastante grandes, demasiado grandes o demasiado pequeños?
- ¿Cómo cree usted que podría mejorarse el cartel?



Las preguntas son una parte importante de los ensayos previos y de la utilización de métodos didácticos. Formulando preguntas, el agente de salud puede saber si un método es aceptable y la gente lo comprende.

- ¿Son prácticas y útiles las ideas y sugerencias que aparecen en el cartel?

Introduzca cambios

No dude en cambiar sus materiales de acuerdo con las sugerencias que ha recibido.

Utilización de los medios de información

Cuando oímos el término medios de información solemos pensar en algo enorme e impersonal: un periódico impreso en rotativas gigantescas en la capital del país, una emisión de radio para millones de oyentes o un programa de televisión producido con un costo enorme. Pero los medios de información no tienen por qué ser enormes. En muchos lugares existen periódicos que se ocupan de pueblos pequeños y zonas rurales. Muchas ciudades pequeñas tienen emisoras de radio locales. Es verdad, por supuesto, que no todo el mundo sabe leer y que mucha gente no tiene radio. Pero el número de personas a las que llegan esos medios es mayor cada año. Estos medios, utilizados como parte de un plan de comunicación en materia de salud, son sumamente útiles.

- Pueden llegar a muchas personas rápidamente. Nuestra meta es la salud para todos. Ningún agente de salud o equipo de salud, por muy duro que

trabaje, puede llegar a toda la gente por medio de la comunicación de persona a persona.

- Son creíbles ; si la gente lee algo en un periódico o lo oye en la radio, suele pensar no sólo que es verdad sino también importante. Esto es cierto especialmente si la «voz» es una persona muy respetada, un funcionario del gobierno o un médico importante, por ejemplo.
- Pueden ofrecer advertencias constantes y reforzar los mensajes. En un programa a largo plazo destinado a promover la lactancia natural, por ejemplo, la repetición de mensajes por radio ayuda a las madres a recordar por qué es importante para la salud de sus bebés.

Trabajo con los medios de información en el plano comunitario

En su condición de agente de salud en una aldea o en un barrio urbano, tal vez tenga usted la sensación de que los medios de información le son poco útiles. Esto no tiene por qué ser verdad. Esos medios pueden reforzar de tal manera un programa de educación que debe usted estudiar todas y cada una de las posibilidades de trabajar con ellos.

Infórmese sobre los medios que existen en su zona

Si en su comunidad hay personas que leen el periódico, ¿cuál es el que leen? Recuerde, aunque sólo haya unos cuantos, que lo más probable es que sean líderes de opinión. ¿Dónde se publica ese periódico? Si se publica en un pueblo cercano, ¿quién redacta las noticias sobre su distrito? ¿Hay alguien que escriba sobre temas de salud? ¿Estarían estas personas interesadas en un reportaje sobre un acontecimiento local en materia de salud?

Haga las mismas preguntas sobre la radio. ¿Qué programas escuchan de preferencia los hombres o las mujeres? ¿Qué horas del día son las de mayor escucha? ¿Proceden todos los programas de la capital? ¿Hay programas regulares que traten del tema de la salud? Si existe una emisora de radio en su distrito o en las cercanías, ¿estaría dispuesta a radiar su calendario de inmunización, por ejemplo?

¿Qué atención recibe la salud en los medios?

Incluso si resulta que no puede usted utilizar la radio o los periódicos para sus propios mensajes, todavía puede usar los medios de información en su

programa de educación. Para hacerlo con provecho, debe en primer lugar estar al tanto de los temas relacionados con la salud que aparecen en los medios.

En el caso de los periódicos, busque en especial las noticias en las que el presidente o el ministro de salud de su país haga declaraciones relativas a la salud. Esto sucede más a menudo de lo que usted piensa. Si, por ejemplo, el presidente proclama una campaña nacional para combatir la poliomielitis, recorte el artículo, colóquelo en un lugar bien visible y dispóngase a responder a preguntas sobre el asunto. Utilice el artículo como base para una reunión comunitaria o del comité de salud sobre el tema.

Las emisoras de radio a menudo publican o anuncian su programación por adelantado. Si descubre que un programa sobre salud está previsto para un cierto día a cierta hora, invite a un grupo de personas a escucharlo juntas y discutir el tema a continuación. También esta vez dispóngase a responder a preguntas. Esas «reuniones radiofónicas» son la forma ideal de combinar las ventajas de la comunicación de persona a persona y la comunicación por los medios.

Métodos y medios de información

Charlas sobre salud

Propósito

La forma más natural de comunicarse con la gente es hablar con ella. En la esfera de la educación sanitaria, tenemos muchas oportunidades de hablar con la gente. Podemos hacerlo con una persona o con una familia, con un grupo pequeño o con mucha gente a la vez. Las charlas sobre salud han sido, y siguen siendo, la forma más corriente de compartir conocimientos y datos en materia de salud. Con demasiada frecuencia, sin embargo, este método se utiliza aisladamente. Las charlas por sí solas se parecen demasiado a dar asesoramiento. Como ya se dijo en los capítulos 1 y 4, el asesoramiento no es lo mismo que la educación sanitaria.

Para que una charla resulte más instructiva, debe combinarse con otros métodos, en especial con material visual auxiliar, como carteles, diapositivas y franelógrafos. La charla debe adaptarse al ambiente local utilizando proverbios, por ejemplo. Debe suscitarse la interacción y el interés por medio del debate, canciones y quizá improvisaciones teatrales y demostraciones.

Tamaño del grupo

Normalmente las charlas se dan a grupos pequeños, aunque no siempre es éste el caso. Por ejemplo, una charla emitida por la radio puede alcanzar a toda la población del país.



Cuando una charla sobre salud está bien preparada y se presenta de forma interesante, resulta un método muy eficaz para compartir conocimientos y datos sobre salud.

Participación

Uno de los problemas es que cuanto mayor es el grupo, más difícil resultan la participación y el debate. El debate es necesario para que la gente pueda formular preguntas, compartir ideas y comprender bien el verdadero mensaje de la charla. Esto resulta fácil en grupos pequeños de cinco a diez personas. En grupos más grandes los participantes tienen menos oportunidades de formular sus propias preguntas. Después de asistir a una charla en un grupo grande, muchos asistentes pueden volver a casa confusos. Una forma de resolver este problema es que usted permanezca un rato después de la charla para que los asistentes puedan acudir de uno en uno a preguntar lo que les interese.

En el caso de las charlas por radio, no es posible formular preguntas al locutor. Este problema puede resolverse celebrando una «reunión radiofónica» (véanse las páginas 242–243). La participación y el debate también contribuyen a que usted aprenda. Usted aprende cuáles son sus aptitudes para la comunicación. Si muchas personas comprenden sus argumentos, entonces es usted un buen orador. En caso contrario, debe usted descubrir por qué y procurar hacerlo mejor.

No acepte el silencio como equivalente de acuerdo o comprensión. Formule preguntas al grupo para cerciorarse de que comprenden sus argumentos.

Cómo preparar una charla

Hay que tener muy en cuenta los siguientes puntos.

Conocer al grupo

Descubra cuáles son sus necesidades e intereses.

Seleccionar un tema apropiado

Debe ser un tema sencillo y único. La nutrición es un tema demasiado amplio. Llevaría semanas hablar sobre todos los aspectos de la nutrición. La nutrición puede dividirse en muchos temas sencillos, como la lactancia natural, la dieta durante el destete, los alimentos para el crecimiento, las necesidades alimentarias de los ancianos, los métodos de cocina que conservan el valor alimenticio, etc.

Disponer de información correcta y actualizada

Consulte sus libros y hable con personas competentes, como su supervisor, para comprobar que todos los datos de que usted dispone son ciertos.

Haga una lista de las cuestiones que tratará

Sólo debe haber unas cuantas cuestiones principales. Si dice demasiadas cosas a los asistentes, probablemente se olvidarán de muchas.

Escriba lo que dirá

Si no le gusta escribir, debe usted pensar cuidadosamente lo que figurará en su charla. Piense en ejemplos, refranes y anécdotas que ayuden a resaltar sus argumentos.

Use material visual auxiliar

Con carteles y fotos bien escogidos la gente aprende mejor.

Ensaye la charla

También debe practicar cómo contar historietas y cómo mostrar carteles y dibujos.

¿Cuánto tiempo dura la charla?

Toda la charla, incluida la presentación de material visual auxiliar, no debe durar más de 15 ó 20 minutos. Debe usted dejar otros 15 minutos o más para preguntas y discusión. Si la charla es demasiado larga, la gente puede aburrirse e impacientarse.

Organización

Una buena organización exige prestar atención a numerosos detalles.

¿Dónde dará usted la charla?

¿Se trata de un lugar sin ruidos? Durante la época de lluvias, ¿está resguardado del agua? ¿Hay espacio suficiente para albergar a todo el grupo con comodidad? ¿Hay asientos suficientes para los que los necesitan? ¿Es el lugar lo bastante pequeño para que los que se encuentran al fondo vean y oigan? ¿Puede todo el mundo llegar al lugar con facilidad?

¿A qué hora dará usted la charla?

Elija un momento en el que la gente del grupo no tenga otras obligaciones. No elija una hora que coincida con otro acontecimiento comunitario.

Las charlas pueden darse en el curso de una reunión periódica de una organización social, religiosa o de otro tipo en la comunidad. Averigüe cuál es el calendario de esas reuniones. No se tome más tiempo del que el grupo le concede. Tal vez tengan otras tareas importantes que hacer.

Proverbios

Los proverbios son dichos breves con sentido práctico que se transmiten de generación en generación. Tienen su origen en las experiencias de la gente en cada cultura. Puede decirse que son consejos sobre cómo comportarse mejor.

Algunos proverbios o refranes son claros: su significado es evidente. Otros son más complicados. Hay que pensar cuidadosamente para poder entenderlos. He aquí algunos proverbios de un país africano. Intente comprender su significado.

- a) Uno no debe tratar de curarse la tiña sin antes curarse la lepra.
- b) Un joven puede tener tantos trajes nuevos como un anciano, pero no tantos trajes gastados.
- c) La gallina bebe agua y traga piedras, pero sigue quejándose de que no tiene dientes. ¿Acaso una cabra con muchos dientes come hierro?

Propósito

Los proverbios y refranes pueden apoyar o ilustrar una cuestión sobre salud que quiera usted transmitir.

Cómo descubrir refranes locales

Probablemente ya conozca usted muchos proverbios de la aldea o la comunidad donde trabaja. Si no es así, la mejor forma de aprenderlos es hablar con los ancianos. Estos incluso pueden ayudarle en los programas educativos, porque suele gustarles mucho contar refranes.

Uso educativo

Los proverbios pueden combinarse con charlas, demostraciones, historietas, escenificaciones o escribirse en carteles y rotafolios. Piense en otras aplicaciones. La gente suele conocer muy bien sus proverbios. Cuando use un proverbio correctamente, la gente quedará impresionada de que usted comprenda su cultura. Puesto que el proverbio les es familiar, tal vez intenten seguir el consejo que da en relación con la salud.

He aquí los significados de los tres proverbios anteriores :

- a) Trata de resolver en primer lugar el problema más grave.
- b) Un anciano tiene más experiencia que un joven.
- c) Algunas personas tienen lo que necesitan pero siguen insatisfechas.

El primer proverbio podría utilizarse durante una charla con madres en la que se subraye la importancia de llevar a sus niños al dispensario cuando están enfermos, en lugar de dedicarse a otras tareas.

El segundo proverbio puede animar a los jóvenes a respetar y cuidar de sus padres ancianos.

El último proverbio puede recordar a la gente que ha de ser realista cuando planea un proyecto.

Si está usted con un grupo de agentes de salud o agentes comunitarios, pida a cada uno que le cuente un proverbio tradicional. Hablen sobre cada proverbio. Vea cómo puede utilizarse para ayudar a comunicar ideas sobre salud.

Fábulas

Las fábulas son narraciones fantásticas que se cuentan a los niños desde hace generaciones. Los personajes de las fábulas suelen ser animales.

Propósito

Se supone que las acciones de los personajes de una fábula enseñan a los niños formas correctas de comportamiento. Las fábulas enseñan también a los adultos qué valores son importantes para la comunidad.

Tamaño del grupo

Las fábulas pueden utilizarse con individuos y pequeños grupos. También pueden incluirse en programas de radio que alcanzan a gran número de personas.

Ejemplo de fábula

La tortuga es un animal que aparece a menudo en las fábulas. Los niños siempre escuchan atentamente esta fábula para saber si la tortuga resolverá el problema.

La tortuga y la cabra eran buenas amigas. A menudo daban largos paseos juntas. Un día, mientras estaban paseando, la cabra dijo: «Me apetece comer algo bueno. Vayamos a buscar comida». La tortuga accedió y emperazon a buscar. Al poco tiempo les llegó el olor de algo delicioso que se estaba cocinando. Siguieron el aroma hasta la casa del león. Miraron a su alrededor y vieron que el león no estaba en casa. La tortuga dijo: «Hay una puerta pequeña en la parte trasera. Podemos entrar silenciosamente, comer deprisa y luego escaparnos por esa puerta pequeña. El león nunca nos atrapará». Se metieron apretadamente por la pequeña puerta trasera y comenzaron a deleitarse con la cena del león. La tortuga comió un poco y quedó satisfecha, pero la cabra siguió comiendo y comiendo. Al cabo de un rato, levantaron la vista y vieron que el león regresaba. Fueron rápidamente hacia la puerta pequeña. La tortuga la atravesó sin dificultad, pero la cabra estaba tan llena de comida que se quedó atascada a la mitad. La tortuga intentó tirar de ella para sacarla, pero no lo consiguió. Cuando el león entró en casa, estaba hambriento. Dijo: «Necesito cenar, pero alguien se ha comido casi toda mi cena y veo a alguien muy gordo que intenta escapar por la puerta trasera». Liberó a la cabra de la puerta y la trajo hacia el interior de la casa. Como el león no tenía nada más que comer, decidió preparar un estofado de cabra para cenar. Para entonces, la tortuga ya estaba muy lejos. Se dio cuenta de que había conseguido escapar sólo porque no había comido demasiado, pero también advirtió que el león necesitaba su comida porque estaba hambriento. La tortuga decidió que nunca más robaría la comida de otra persona.

Con esta fábula, los niños aprenderían a no robar y a no ser glotones.



Hablando con los ancianos pueden aprenderse cuentos y fábulas muy útiles; además, suelen conocer a fondo la historia, la cultura y los problemas de la comunidad.

Uso educativo

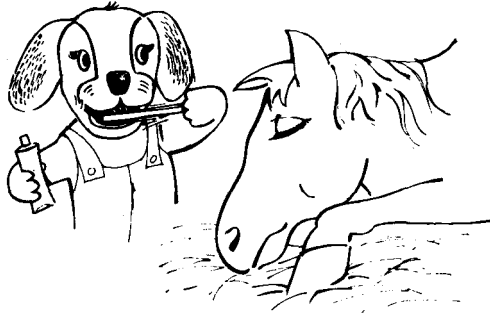
Las fábulas resultan muy útiles cuando se habla a grupos pequeños de niños. También son útiles para la educación sanitaria de los padres. Así, éstos podrán contar la fábula a sus propios hijos. Después de contar una fábula, siempre hay que comentarla con el público. Haga preguntas. ¿Por qué se comió la cabra la comida del león? ¿Hizo bien en hacerlo? ¿Por qué el león se comió a la cabra? ¿Fue acertada la decisión que la tortuga tomó al final? Animando a la gente a reflexionar y hablar sobre la historieta, les ayudará a aprender. Pida a los asistentes que cuenten sus propias fábulas. Trate de que inventen una sobre la salud.

Una fábula utilizada para la educación sanitaria describiría en qué modo el comportamiento afecta a la salud. Mostraría qué tipo de comportamiento promueve la salud y cuál resulta nocivo. La fábula también debe dar razones para elegir un comportamiento saludable. Al final de la fábula, todos deben tener claro cuáles son los tipos de comportamiento que son mejores para la salud.

Ejemplo de fábula para la educación sanitaria

He aquí un ejemplo de fábula que se inventó para mostrar a los niños la importancia de limpiarse los dientes de manera regular. Los personajes son un caballo y un perro. Cuando invente usted una fábula, use animales que los niños de la comunidad pueden reconocer.

El caballo y el perro solían cenar juntos después de un día de duro trabajo. Acabada la cena, el caballo se echaba a dormir porque estaba cansado. El perro también estaba cansado, pero siempre se lavaba los dientes antes de dormir. Una noche, el caballo preguntó al perro: «¿por qué siempre te estás limpiando los dientes? ¿Por qué no te acuestas pronto como yo y estarás descansado para el trabajo de mañana?» El perro le respondió: «Me limpio los dientes para tenerlos más fuertes. Los perros deben tener la dentadura muy fuerte para masticar huesos y para proteger la casa contra los animales peligrosos». El caballo se echó a reír y se durmió como de costumbre.



Un día, un amigo trajo al caballo unas cuantas manzanas duras y crujientes. Al caballo le encantaban las manzanas y decidió dejarlas para después de la cena. Esa noche, mientras el perro mordisqueaba los huesos, el caballo empezó a comer sus manzanas. Dio un mordisco a una de ellas, pero en el momento de apretar los dientes oyó un crujido muy fuerte. Notó un terrible dolor en una muela, y comenzó a llorar.

El perro se le acercó corriendo a ver qué le había pasado. Sobre el suelo, junto a la manzana mordida, había un gran trozo de una muela del caballo. El caballo se lamentaba: «¡Colócame la muela en su sitio, por favor! ¡Quiero volver a tener una dentadura fuerte!» Por desgracia ya era demasiado tarde. El perro no pudo ayudar a su amigo a reemplazar la muela perdida.

Después de relatar esta fábula, el agente de salud debe formular a los niños preguntas como las siguientes: ¿por qué se le cayó la muela al caballo? ¿Por qué el perro tenía los dientes lo bastante fuertes para morder huesos? ¿Os gustaría ser como el caballo o como el perro? ¿qué podéis hacer para estar seguros de que vuestros dientes siguen siendo fuertes?

Puede pedirse a los niños que hagan un dibujo como el de la figura para que recuerden lo que han aprendido.

¿Qué fábulas le contaron a usted cuando era pequeño? ¿Cuáles son algunas de las fábulas más comunes que se relatan en la comunidad en que usted trabaja? ¿Hay alguna de ellas que guarde relación con la salud?

Hable con los ancianos de la comunidad para conocer más fábulas locales. Intente usted inventar sus propias fábulas educativas sobre los problemas de salud más comunes entre los niños de su comunidad. En primer lugar, relate las fábulas a unos cuantos niños para ver si comprenden el significado principal. Este es el ensayo previo. Después de introducir las correcciones necesarias, puede usted utilizar la fábula en sus programas de educación sanitaria.

Cuentos

Los cuentos suelen relatar las hazañas de héroes famosos o de gente que vivió en la aldea hace mucho tiempo. Los ancianos, en lugar de criticar directamente la conducta de un joven, pueden contarle una historia para lograr su propósito. Pueden comenzar diciendo: «recuerdo que hace algunos años había un joven de más o menos tu edad...» y seguir describiendo los actos de ese joven, que fueron causa de problemas. Los cuentos también pueden ser una forma de volver a relatar hechos interesantes que sucedieron en una aldea. Así, los cuentos pueden divertir, enseñar historia, transmitir noticias e información y también servir como lecciones de comportamiento.

Propósito

Los cuentos pueden utilizarse para dar información e ideas, para animar a la gente a observar sus actitudes y sus valores, y para ayudar a la gente a resolver sus problemas.

Tamaño del grupo

Los cuentos pueden narrarse a una sola persona o a grupos grandes o pequeños. También pueden utilizarse en la radio para alcanzar a comunidades, regiones o incluso países enteros.

Características de un buen cuento

El cuento debe ser creíble. Los personajes deben tener nombres. Deben hacer el tipo de tareas que hace la gente en su comunidad. Sus acciones deben ser normales y no extrañas. Compruebe que no nombra o describe a personas reales en su cuento. Si lo oyen, pueden turbarse o enojarse. El cuento debe ser corto, de lo contrario la gente se aburrirá; también pueden olvidar parte del mismo. De cinco a diez minutos bastan.

El cuento debe tener un mensaje claro al final. Debe quedar claro para los oyentes cuál es el proceder correcto y cuál el equivocado.

Procure no utilizar palabras de desprecio o poco amables en el cuento. Si por ejemplo dice: «esta madre tonta no trajo a su niño al dispensario a tiempo», algunas madres pueden enfadarse. Tal vez ellas tampoco han podido traer a su niño al dispensario a tiempo. Quizá no quieran volver a escucharle. Limítese a describir las acciones de los personajes del cuento. Deje que los oyentes saquen sus propias conclusiones. Si narra bien el cuento, los oyentes podrán juzgar correctamente.

Los cuentos siempre deben ir seguidos de discusión y preguntas. No diga a los oyentes qué personaje del cuento fue el que mejor se portó. Pregunte a los oyentes sus propias opiniones. Si anima a la gente a pensar sobre el cuento y a charlar sobre los aspectos que les impresionaron, les ayudará a aprender más.

Ejemplo de cuento

La Sra. Alto es una mujer ocupada, pero siempre trata de hacer lo mejor por sus hijos. Trabaja como costurera. El dinero que gana lo gasta en comprar buenos alimentos y otras cosas para sus hijos. El año pasado compró mosquiteros para los niños. Ahora duermen en paz por la noche. Como los mosquitos les pican menos, los niños no tienen fiebre tan a menudo como antes. El resultado es que tanto los niños como sus padres son más felices. David, uno de los hijos de la Sra. Alto, es un chico inteligente. Saca buenas notas en el colegio y sus padres están muy orgullosos de él. David tiene muchos amigos. Tomás es su mejor amigo.

Un día, el Sr. y la Sra. Alto recibieron una carta de su pueblo natal. La madre del Sr. Alto estaba muy enferma y la familia quería que el Sr. y la Sra. Alto fueran a verla lo antes posible. David preguntó si podía quedarse con Tomás mientras sus padres estaban fuera. Los padres de Tomás, el Sr. y la Sra. Bella, estuvieron de acuerdo.

Al cabo de unos pocos días en casa de Tomás, David se dio cuenta de que la Sra. Bella no era como su madre. La Sra. Bella tenía una tienda en el mercado. Se quedaba allí hasta muy tarde por las noches. Muchas veces daba a los niños solamente unas monedas para que comprasen arroz y frijoles para cenar.

Tomás no tenía mosquitero. Por la noche, David y él no paraban de dar vueltas por las picaduras de los mosquitos. Siempre estaban cansados por las mañanas. Un día, David notó mucho calor. A continuación sintió frío y tenía dolores. No pudo ir al colegio durante varios días. Sus padres regresaron y David seguía enfermo. La Sra. Alto le llevó al centro de salud. Cuando David se recuperó, dio las gracias a su madre y le pidió que hablase con la Sra. Bella para que se ocupase mejor de Tomás.

He aquí algunas preguntas para el debate. ¿Por qué le subió la fiebre a David? ¿Por qué saca David tan buenas notas en el colegio? ¿Cómo puede una madre gastar el dinero que gana para estar segura de que sus hijos estén sanos? ¿Qué consejos debe dar la Sra. Alto a la Sra. Bella? ¿Cómo puede la señora Alto aconsejar a la Sra. Bella sin que ésta se sienta ofendida y enojada?

Si el paludismo es un problema corriente en su zona, cuente esta historia a las madres de su comunidad. Cambie los nombres o las ocupaciones para adaptar la historia a la población. Ahora, invente usted sus propios cuentos sobre problemas de salud que sean comunes en su zona.

Estudios de casos

En cierto modo, los estudios de casos son como cuentos, salvo que son experiencias de la vida real. Están basados en hechos y presentan las cosas como realmente sucedieron. En el capítulo 5 (páginas 148–152) se dan detalles de cómo redactar y utilizar un estudio de casos y se presenta un ejemplo.

Demostraciones

Las demostraciones son una forma agradable de compartir conocimientos y técnicas. Consisten en una mezcla de enseñanzas teóricas y trabajos prácticos que las hace muy animadas. Si desea más detalles sobre cómo planear y celebrar una demostración o una serie de demostraciones, consulte el capítulo 5 (páginas 144–147).

Carteles

Un cartel es una hoja grande de papel, normalmente de unos 60 cm de ancho por 90 cm de alto con palabras e imágenes o símbolos que transmiten un mensaje. Las firmas comerciales utilizan a menudo los carteles para anunciar productos y para reforzar el mensaje que se transmite por otros medios de información.

Propósito

Los carteles pueden utilizarse con eficacia con tres fines:

- para dar información y asesoramiento
- para dar orientaciones e instrucciones
- para anunciar acontecimientos y programas importantes.

Tamaño del grupo

El grupo a que se dirige el cartel puede ser grande o pequeño. Puede ser toda la comunidad. A veces quizá desee utilizar carteles con un sola persona. Tal vez esté aconsejando a alguien en el dispensario, en la escuela o en su oficina. Si hay carteles en las paredes que guardan relación con el problema de su cliente, puede mostrárselos.

Contenido

En la confección de un cartel deben seguirse varias reglas:

- todas las palabras deben estar en el idioma local
- las palabras utilizadas deben ser pocas y sencillas
- deben utilizarse símbolos que entiendan también las personas analfabetas
- deben utilizarse colores para que el cartel resulte llamativo
- un cartel no debe contener más que una idea. Demasiadas ideas harán que el cartel parezca chapucero y confunda a la gente. Si tiene que transmitir varias ideas distintas, utilice un rotafolio (véanse las páginas 222–225).

Los carteles que anuncian acontecimientos deben contener la siguiente información:

- el nombre del acontecimiento
- la fecha y la hora
- el lugar
- la organización que patrocina el acontecimiento.

El cartel debe ser lo bastante grande para que la gente lo vea con claridad. Si está utilizando un cartel con un grupo, cerciórese de que la gente que se encuentra al fondo del grupo puede verlo bien.

Colocación de carteles

Coloque los carteles donde la gente pueda verlos.

- Colóquelos en lugares por donde suele pasar mucha gente (zonas de mercado, salas de reunión)
- algunos lugares, edificios, rocas e incluso árboles son sagrados o tienen un

carácter especial. Nunca coloque carteles en esos lugares. Puede enojar a la población y así no podrán aprender nada de su cartel

- no deje un cartel en el mismo sitio durante más de un mes. La gente se aburrirá y comenzará a no advertirlo. Cambie los carteles de lugar con frecuencia para mantener el interés de la población. Cuando retire carteles viejos, guárdelos si se encuentran en buen estado. Si un cartel está gastado y roto, deshágase de él como es debido en una papelería para dar buen ejemplo.

Dónde encontrar carteles

Los ministerios de salud, educación o información, las organizaciones benéficas y algunas empresas privadas pueden tener carteles ya hechos para regalar o prestar. Antes de utilizar esos carteles, ensáyelos para cerciorarse de que resultarán útiles en su comunidad.

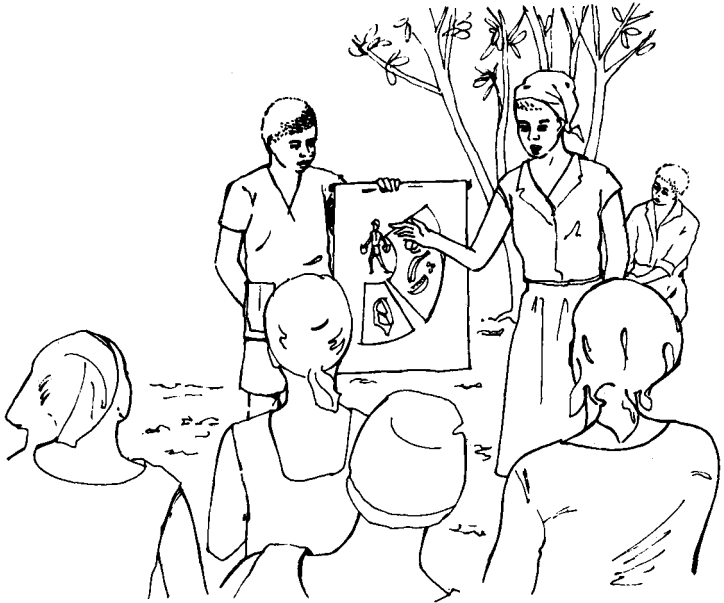
Usted mismo y la gente de la comunidad pueden dibujar sus propios carteles. Tal vez el ministerio o una imprenta privada de la ciudad puedan imprimirlos para usted. Averigüe cuál será el precio de la impresión antes de comprometerse. El tamaño del cartel y el número de colores hacen variar el precio. Pida consejo en la imprenta sobre la forma más barata de diseñar el cartel. Tal vez tenga que conseguir dinero para cubrir los costos. Si la idea del cartel es muy buena, quizá el ministerio o una organización benéfica decida imprimirlo gratuitamente, pero no cuente con ello. La comunidad puede confeccionar sus propios carteles a base de materiales locales. En el resto de esta sección se describe cómo pueden confeccionarse carteles simples, ensayarlos previamente y utilizarlos con eficacia.

Confección de carteles

Entre los materiales que pueden utilizarse figuran: hojas grandes de papel, bolígrafos, lápices, ceras, rotuladores, pinturas y pinceles, fotografías, ilustraciones de revistas viejas y cola.

Decida cómo va a utilizar el cartel para saber cuántos tiene que hacer. Si quiere usar el cartel como ayuda en sus charlas de salud, sólo necesitará uno. Si tiene previsto usarlo en la comunidad, le harán falta muchos. En primer lugar cuente el número de lugares en los que colocará los carteles. No haga más carteles de los necesarios, pues malgastaría el dinero.

En primer lugar haga un boceto de prueba del cartel, antes de dibujarlo sobre una hoja grande de papel. Haga participar a su grupo o comité de salud en el diseño. Confeccione varios ejemplares para que pueda ensayar previamente el dibujo antes de hacer los carteles definitivos.



Los carteles dan ideas e información. Esta agente de salud ha pegado la parte superior del cartel a una tablilla, a fin de que se estropee menos. Ha pedido a uno de los asistentes que sujete el cartel para poder señalar las imágenes y tener más libertad de movimientos.

Hay muchas formas de hacer ilustraciones para sus carteles. Quizás usted u otra persona del grupo o de la comunidad dibujen o pinten bien. Si no hay nadie que sepa dibujar, puede calcar una ilustración de un libro o una revista. Otra posibilidad es recortar ilustraciones de revistas viejas y pegarlas en el cartel. También pueden pegarse fotografías.

Haga participar a la gente en la confección de carteles. Haga usted uno como ejemplo y pida a los miembros del comité que le ayuden a hacer más. Los escolares también pueden ayudar. Incluso puede usted convocar un concurso de carteles. Con ello interesará a la población y les ayudará a aprender más sobre la salud.

Ensayos previos

No olvide ensayar su cartel para cerciorarse de que la población lo entiende y lo acepta. Los carteles no pueden hablar. Si la gente no entiende un cartel, no pueden preguntarle nada. Todos los carteles que usted coloque por la aldea o el pueblo deben tener un mensaje muy claro.

Cómo usar carteles en un grupo

Si está usted utilizando carteles en un grupo, coloque el cartel temporalmente en una pared o un árbol enfrente del grupo, de modo que todos puedan verlo. También puede pedir un voluntario que le ayude a sujetar el cartel. Esto puede ser mejor, porque el voluntario podrá caminar alrededor del grupo con el cartel para que todos puedan verlo de cerca.

No se sitúe delante del cartel mientras está hablando sobre él. No intente sujetarlo usted mismo. Esto dificultaría mucho una comunicación eficaz. Los carteles pueden utilizarse como base para debates. No coloque un cartel y comience a explicarlo inmediatamente. Lo que debe hacer es:

- pida a todos que miren el cartel atentamente ; déles la oportunidad de verlo bien
- pregunte a la gente qué es lo que ve. ¿Qué piensan que está sucediendo en las ilustraciones? Deje que piensen por ellos mismos
- si el cartel lleva texto, averigüe si hay alguien que sepa leer. Pídale que lo lea en voz alta para todo el grupo
- incorpore sus propias ideas a medida que prosigue la discusión
- vuelva de nuevo al cartel al final de la discusión. Pregunte otra vez a la gente cuál piensa que es el mensaje del cartel. La repetición y la revisión del mensaje de un cartel ayudan a la gente a recordar.

Cómo proteger y almacenar los carteles

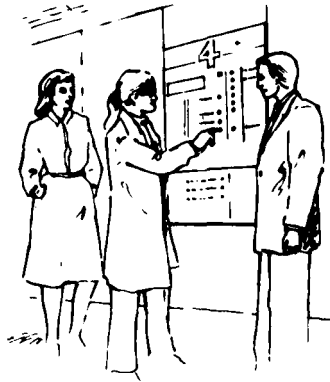
Es una buena idea pegar un trozo de cartón en la parte trasera de un cartel, por lo menos en la parte superior. Esto evitará que se rompa cuando se sujeta para que lo vea un grupo. Los carteles deben almacenarse de una de las dos formas siguientes:

- pueden guardarse dentro de un armario, bien planos, con una hoja de papel encima para que no se llenen de polvo
- pueden enrollarse y sujetarse con un cordel o una goma elástica. Si coloca a cada uno una pequeña etiqueta con el título y el tema, podrá identificarlo sin necesidad de desenrollarlo.

Procure guardar los carteles en un lugar seco y protegido del polvo.

Exposiciones

Una exposición es un conjunto de objetos reales, maquetas, dibujos, carteles y otros artículos dispuestos de modo que la gente pueda examinarlos y aprender



Las exposiciones pueden ser muy sencillas o muy complejas. Siempre se emplean diversos materiales que las hacen atractivas para la gente y facilitan el aprendizaje.

de ellos. Las exposiciones pueden ser muy sencillas o muy complicadas. Las mejores son las que utilizan diversos materiales para atraer a la gente. En la ilustración se observan dos exposiciones de carteles.

Propósito

Una exposición da ideas e información, pero mientras que un cartel sólo contiene una idea, una exposición contiene muchas. Las ideas por lo general guardan relación con un tema como « mejores métodos de cultivo » o « cómo construir una granja avícola » o « desarrollo y crecimiento del niño ».

Tamaño del grupo

Las exposiciones suelen colocarse allí donde pasa mucha gente que puede verlas. Por ejemplo, puede situarla en el mercado o en la sala comunitaria. Todos podrán pasar de uno en uno, o en pequeños grupos, para examinarla.

Materiales

Una exposición está formada por objetos que la gente puede examinar y de los que puede aprender. Pueden utilizarse carteles, fotografías, objetos reales y maquetas. Tal vez haya usted visto exposiciones caras, organizadas por empresas u organismos, en las que se utilizan proyecciones de diapositivas y grabaciones sonoras. En nuestro caso, lo que nos interesa son exposiciones sencillas que usted mismo pueda hacer.

Puesto que de los carteles y las fotografías se trata en otras secciones del presente capítulo, en esta parte sólo nos ocuparemos de cómo preparar objetos reales y reproducciones.

Objetos reales

Los objetos reales no son más que eso: reales. Si la exposición trata sobre «Métodos de planificación de la familia», expondrá DIU, píldoras, diafragmas, preservativos y espumas. Si se trata de la «Dieta del destete», habrá alimentos auténticos y los utensilios empleados para prepararlos, con cuidado de que los alimentos no se estropeen.

Reproducciones

Tal vez haya visto flores de papel, tela o plástico que se parecen a las flores de verdad. Se trata de reproducciones. Las reproducciones pueden utilizarse por tres razones:

- si el objeto real no está disponible, por ejemplo, ciertas frutas fuera de temporada o ciertos artículos alimenticios que se estropean si se exponen. Pueden fabricarse reproducciones de esos artículos
- si el objeto real es demasiado grande para exponerlo. En este caso, se prepara una maqueta. Un camión o un pozo, por ejemplo, serían demasiado grandes para exhibirlos
- si el objeto real es demasiado pequeño para verlo con facilidad, puede hacerse una maqueta de mayor tamaño. Por ejemplo, muchos insectos son demasiado pequeños para verlos fácilmente.

Las reproducciones o maquetas pueden hacerse con diferentes materiales. La arcilla, el barro, la madera, la piedra, la paja, el papel, la tela y la pasta de papel (véase más adelante) son sólo algunos de los materiales que pueden utilizarse para confeccionarlas.

En la exposición debe usted indicar que el objeto es una reproducción, para que la gente pueda entenderlo. No olvide precisar si la reproducción es mayor o menor que el objeto real. Esto ayudará a la gente a saber el aspecto que tiene el objeto real. He aquí un ejemplo de lo que puede escribirse bajo una reproducción de un mosquito en una exposición sobre el paludismo: «reproducción de un mosquito del paludismo ampliado unas 20 veces». Muchas personas de las comunidad pueden ayudar a confeccionar reproducciones. El carpintero y el albañil pueden ayudar a hacer pequeñas maquetas de casas, pozos y letrinas. Los escolares pueden ayudar a confeccionar reproducciones de frutas y hortalizas con arcilla y pasta de papel. El sastre puede hacer reproducciones de prendas de vestir.

Cómo hacer reproducciones con pasta de papel

1. Rasgue periódicos viejos en trozos pequeños del tamaño de la uña del dedo meñique.
2. Ponga los papeles a remojo en un recipiente (cubo o calabaza) durante todo el día.
3. Saque las piezas del recipiente y escurra de ellas tanta agua como sea posible.
4. Triture los trozos de periódico en un mortero con una mano hasta que queden completamente mezclados.
5. Haga una masa con el material (pasta) al sol hasta que esté completamente seca. Déjela a un lado de momento.
6. Confeccione la forma básica (papaya, pollo, plátano, etc.) con alambre, palitos, tiras de madera, cordeles o cualquier otro material disponible. Esto será el esqueleto del objeto que está confeccionando.
7. Envuelva la forma en trozos de papel de periódico seco hasta que se parezca al objeto que está usted confeccionando.
8. Prepare un engrudo suave con agua y almidón o harina de trigo.
9. Coloque la pasta de papel seca en un recipiente y añada parte del engrudo.
10. Mezcle la pasta de papel y el engrudo con un palo. Siga añadiendo engrudo poco a poco y moviendo hasta que todo quede bien mezclado. Si la mezcla está demasiado seca o demasiado aguada, no se pegará bien a la maqueta.
11. Tome un poco de la mezcla de pasta con la mano y modélela alrededor de la forma básica de la reproducción que hizo antes, hasta que se parezca al objeto.

12. Ate cordel, paja o rafia a cualquier parte de la reproducción. Sujete la reproducción por el cordel y cuélguela para que se seque.
 13. Pinte la reproducción con cualquier pintura de la que disponga. Los colores deben ser tan parecidos a los del objeto real como sea posible: no haga un plátano azul.
-

Cómo montar una exposición

Averigüe de cuánto espacio dispondrá para los objetos. Elija los objetos que va a exponer según el espacio de que disponga. No amontone demasiadas cosas en un pequeño espacio.

¿Dónde colocará los objetos? ¿Dispondrá de mesas, bancos, sillas, palos o paredes? Elija los materiales de la exposición con arreglo a esas disponibilidades. Si sólo dispone de una pared para una exposición, no podrá usar grandes maquetas ni objetos reales. En su lugar, puede utilizar fotografías, carteles y objetos pequeños.

Disponga todo el material en un orden lógico. Cada artículo debe llevar un número para que la gente sepa qué es lo que debe mirar en primer lugar, en segundo, etc. Por ejemplo, si en la exposición se muestran las etapas de la construcción de un pozo, coloque cada fotografía o cada maqueta en orden de izquierda a derecha o de arriba abajo. Sitúelas en un orden que sea fácil de entender y seguir para la gente de su comunidad.

Cerciórese de que todos los materiales están bien sujetos a la pared o a la mesa. Debe procurar que las fotografías, los carteles, las reproducciones u otros objetos no se caigan, se los lleve el viento o puedan retirarlos los visitantes.

Cerciórese de que todos los artículos de la exposición llevan una explicación clara. Esta puede ser en palabras, símbolos o ilustraciones. A diferencia de las demostraciones, en las exposiciones no hay nadie que explique nada. Si los artículos no llevan una explicación clara, la gente no tendrá a nadie a quien preguntar para ayudarlo a comprender la exposición.

Cómo almacenar los artículos de una exposición

Probablemente desee utilizar los artículos de una exposición varias veces. Procure guardarlos en un lugar seco. Cubra las reproducciones para que no se llenen de polvo. Los insectos pueden atacar las reproducciones hechas de madera, tela o pasta de papel. Si no dispone de un lugar seco y sin insectos donde guardar esos artículos, es preferible que haga sus reproducciones con arcilla y otros materiales resistentes.

Rotafolios

Un rotafolio está formado por una serie de carteles que han de mostrarse uno tras otro. Así, pueden presentarse varias etapas o aspectos de un tema central, por ejemplo «cómo prevenir las quemaduras» o «cómo vendar una herida pequeña». Los rotafolios que llevan hojas de papel en blanco también son útiles para anotar las ideas que surgen en las reuniones o debates en grupo.

Propósito

Facilitar datos e instrucciones, o registrar información.

Tamaño del grupo

Los rotafolios funcionan mejor con grupos pequeños. No se colocan por la comunidad como los carteles.

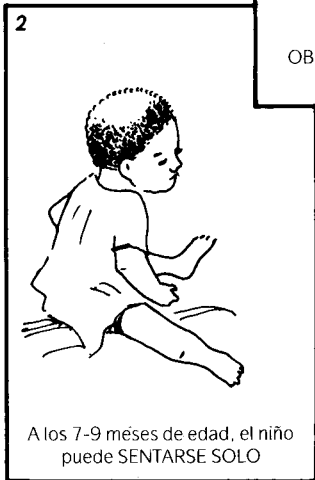
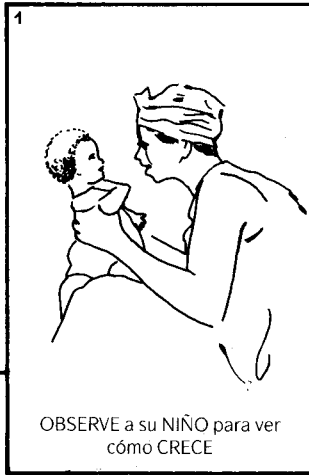
Dónde encontrar rotafolios

Pueden conseguirse rotafolios en el ministerio o en una organización benéfica, pero por lo general es preferible que los haga usted mismo. Esto tiene la ventaja de que los temas incluidos se adaptarán perfectamente a las necesidades educativas del grupo y de la comunidad.

Confección de rotafolios

Los carteles o cuadros individuales van unidos por arriba. Probablemente se le ocurrirán muchas formas de hacerlo: utilizando cola, cordeles, o clavando con clavos o chinchetas los carteles a un listón largo y delgado de madera. Como cada uno de los carteles se pasará muchas veces, únalos con algo que impida que se rasguen o se separen. Si dispone de medios suficientes, puede recortar una plancha fina de madera del mismo tamaño que los carteles, y pegar o clavar todos los carteles juntos en la parte de arriba de esta tabla. Así podrá poner la tabla de pie sobre una silla. Esto le permitirá enseñar el rotafolio y pasar los carteles uno a uno.

Un rotafolio cuenta una historieta. En cada cuadro o cartel se presenta una idea. Las imágenes se disponen de modo que encajen en la charla o la historieta. Un buen número de carteles para un rotafolio es el de cinco, aunque pueden ponerse más o menos. Si incorpora demasiadas ideas, tal vez la gente no las recuerde todas.



Cómo utilizar un rotafolio

Cada imagen o cartel debe comentarse detenidamente antes de pasar al siguiente. Cerciórese de que todo el mundo comprende correctamente cada idea. Al final, repase todos los carteles y ayude a los asistentes a recordar las ideas.

Puede conseguir ideas para los carteles hojeando libros y revistas sobre salud.

Ejemplo de rotafolio sobre crecimiento y desarrollo infantil

Imagine que necesita charlar con madres de niños en edad preescolar sobre crecimiento y desarrollo infantil. Puede usted confeccionar un rotafolio formado por cinco carteles, como aparece en la figura. Fíjese en que cada ilustración muestra una idea aislada y que las ideas siguen un orden lógico. Observe también que las palabras escogidas para los carteles son cortas y sencillas. Las palabras importantes están escritas de modo que destaquen más que las menos importantes.

Ideas para un rotafolio sobre prevención de la ceguera infantil

¿Es usted capaz de inventar ilustraciones y frases sencillas para los cinco carteles?

Cartel 1

Los ojos son importantes para nuestros niños. Debemos protegerlos.

Cartel 2

Para prevenir la ceguera, debemos mantener las moscas alejadas de los ojos de los niños.

Cartel 3

Un buen lavado de cara, especialmente en torno a los ojos, contribuye a prevenir la ceguera.

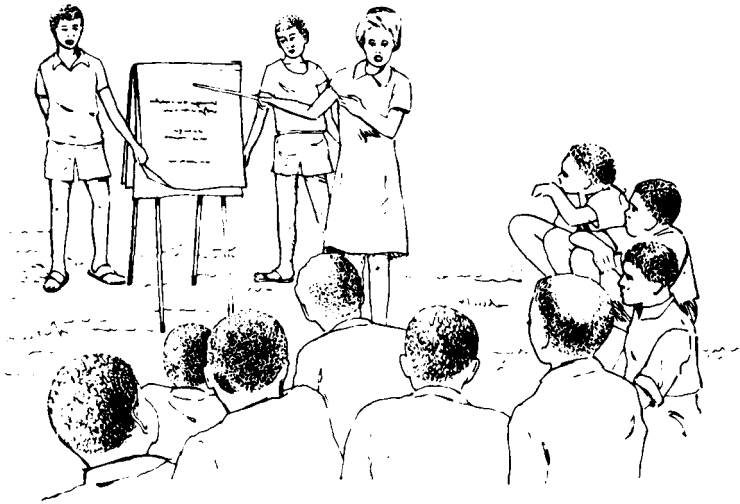
Cartel 4

La ingestión de frutas y hortalizas rojas (tomates, naranjas, aceite del fruto de palma roja, papaya, zanahorias) y hortalizas de color verde oscuro, como las espinacas y otras verduras de hoja, previene la ceguera.

Cartel 5

El sarampión puede provocar la ceguera. Evite el sarampión mediante la inmunización. Si su hijo contrae el sarampión, manténgalo en un cuarto en penumbra para proteger sus ojos.

Ahora, piense en alguno de los problemas de salud más comunes en su aldea. Escoja un ejemplo. Utilice trozos pequeños de papel para practicar y confeccione un rotafolio.



Esta agente de salud está usando un pequeño caballete para sujetar el rotafolio. Con ello consigue que éste no se caiga y que todo el grupo pueda ver bien. También ha hecho participar a miembros del grupo para que la ayuden durante la charla.

Franelógrafos

Un franelógrafo es un tablero forrado con un tejido grueso (franela). Sobre el tablero pueden colocarse dibujos y palabras para reforzar o ilustrar el mensaje. Cuando prepare usted una charla que desee ilustrar, debe pensar en las distintas imágenes, palabras y formas que necesitará para el tema.

Propósito

Los franelógrafos ayudan a la gente a ver más claramente lo que usted les dice durante una charla.

Tamaño del grupo

Los franelógrafos suelen utilizarse con grupos pequeños. Al igual que los carteles, los franelógrafos deben ser vistos con claridad por todos los asistentes. En un grupo grande esto resultaría difícil. Si tiene usted una oficina, puede guardar allí el franelógrafo y utilizarlo con individuos que acuden en busca de ayuda.

Confección de un franelógrafo

Si quiere usted tener un franelógrafo, probablemente necesitará confeccionarlo usted mismo. Un franelógrafo consta de dos partes esenciales. Una es el tablero cubierto por la tela. La otra es un conjunto de dibujos que pueden pegarse al tablero.

1. En primer lugar, haga un tablero. Recorte un cuadrado o una pieza rectangular de madera que tenga menos de un metro de largo. El ancho puede ser inferior al largo.
2. Compre tres metros de tejido grueso y áspero. Una tela fina y resbaladiza no sirve.
3. Ponga un metro de tejido sobre una cara del tablero. Si la tela tiene una cara áspera y una lisa, la cara áspera debe quedar hacia el exterior. Guarde el resto de la tela.
4. Doble los bordes del tejido hacia la parte trasera del tablero. Fije los bordes con firmeza a la parte de atrás por medio de clavos, chinchetas o cola.
5. En esta etapa debe usted tener un tablero con la parte delantera cubierta de tela.
6. Ahora necesita usted figuras que puedan pegarse en el tablero.
7. Puede usted recortar ilustraciones de revistas o dibujarlas usted mismo. Busque ilustraciones de temas únicos, como una persona, un bebé, un tipo de alimento, un vehículo, un árbol, etc.
8. Cada figura debe tener aproximadamente el mismo tamaño que una mano. Si es demasiado pequeña, nadie podrá verla.
9. También puede usted recortar palabras que estén impresas en letras grandes. Junto con las ilustraciones, puede usted poner palabras como familia, salud, alimentos, peligro, ayuda y prevención.
10. Recorte las figuras y las palabras. Deje alrededor de ellas un borde del ancho aproximado de la uña de su dedo meñique.
11. A continuación pegue las figuras y las palabras al trozo de tela que le había sobrado. Si la tela tiene una cara lisa, pegue las ilustraciones por ese lado. Si no dispone usted de engrudo o cola, puede hacerlo usted mismo con almidón o harina de trigo y agua. Alise bien las ilustraciones sobre la tela suavemente con la mano.
12. Recorte cuidadosamente la figura con la tela por detrás. Esta vez, recorte el borde pequeño.
13. Deje que se seque el engrudo antes de utilizar las figuras. De lo contrario, pueden despegarse de la tela.

14. Intente disponer las figuras sobre el tablero. Observará que la tela áspera de la parte de atrás de las figuras y de las palabras queda pegada a la tela que hay sobre el tablero. Ahora, sus ilustraciones quedarán sujetas al tablero mientras usted habla.
15. Si puede usted encontrar o adquirir retales pequeños de tela áspera de distintos colores, puede usted recortar formas distintas, por ejemplo, de frutas, plantas, animales o edificios, que quedan pegadas al frelógrafo igual que las figuras.
16. También puede pegar figuras sobre la cara lisa de un papel de lija. La cara áspera del papel quedará pegada al frelógrafo.

Cómo utilizar un frelógrafo

Coloque el frelógrafo sobre una mesa, una silla o un caballete.

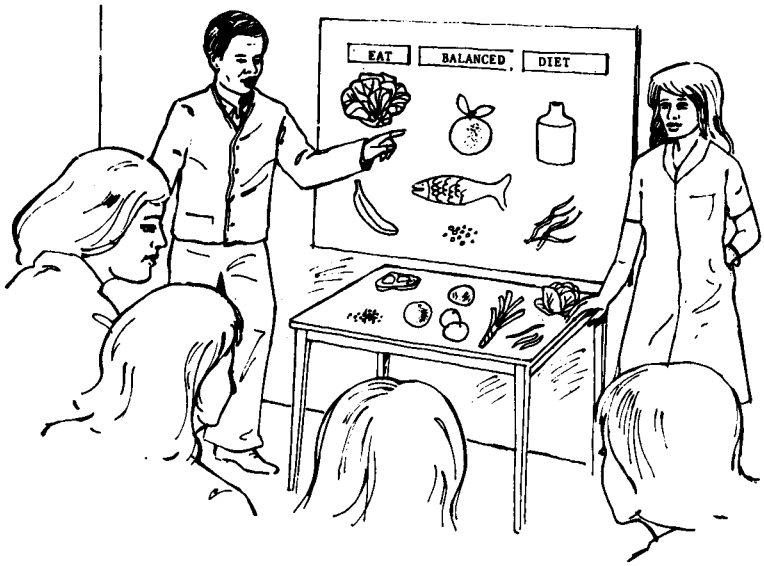
Coloque todas las ilustraciones, palabras y siluetas que necesita sobre una mesa cerca del frelógrafo, de modo que pueda verlas y alcanzarlas fácilmente. Colóquelas cuidadosamente en el orden en que las utilizará. Mientras habla, vaya colocando piezas sobre el tablero, o quítelas del mismo. Cuide de no volver la espalda al público. Practique trabajando de lado.

Tal vez desee disponer varias piezas para formar una ilustración completa. Esto puede en realidad tener el aspecto de un cartel. Tenga cuidado de dónde pone las piezas. Si coloca usted un pollo sobre la cabeza de un hombre, o algo así de gracioso, la gente se reirá y no se concentrará en el mensaje.

Fomente la participación. Cuando afirme algo, pida a alguna persona del grupo que se acerque y elija la pieza correcta y la coloque sobre el tablero. Durante el repaso, al final de la charla, pida a algún miembro del grupo que utilice el frelógrafo para expresar sus opiniones.

Cómo guardar el frelógrafo

El tablero cubierto de tela propiamente dicho debe mantenerse seco y tapado. Si se humedece o se empolva, las piezas no se pegarán bien. Guarde las ilustraciones, las palabras y las siluetas en sobres o bolsas de papel. En el exterior de cada sobre o bolsa, escriba cuáles son las piezas que contiene. Por ejemplo, un sobre puede llevar la inscripción «verduras» o «animales». Otro método es guardar todas las piezas de un programa concreto en una bolsa. La próxima vez que desee dar la misma charla, encontrará todas las piezas fácilmente. Escriba el título del programa en el sobre.



La participación también es posible en el caso de los flanelógrafos. Alguno de los asistentes pueden acercarse a elegir figuras para colocarlas sobre el tablero forrado de tela. Así expresan sus propias ideas sobre el problema que se está discutiendo.

Fotografías

Las fotografías son una herramienta educativa sumamente útil. Pueden mostrar situaciones y objetos exactamente como son en la realidad. Pero la gente tiene que estar acostumbrada a ver fotografías para ser capaz de comprender lo que representan.

Propósito

Las fotografías pueden enseñar a la gente ideas nuevas. También pueden enseñarle a hacer cosas nuevas. Muéstrelas y coméntelas al igual que lo haría con un cartel o un rotafolio. También pueden utilizarse para apoyar y favorecer comportamientos nuevos.

Tamaño del grupo

Por su tamaño, es preferible utilizar las fotos con individuos y grupos pequeños. Resulta caro hacer ampliaciones. No obstante, deben ser lo bastante grandes para que se vean bien. Una fotografía que tenga más o menos el mismo tamaño que una de las páginas de este libro, o un poco mayor, es aceptable. Las fotografías a veces pueden pegarse juntas para formar carteles que pueda ver todo el pueblo.

Dónde conseguir fotografías

La forma más barata de conseguir fotografías es recortarlas de revistas. A veces los ministerios y las organizaciones benéficas tienen archivos de fotografías. Pueden proporcionarle copias para que las utilice en programas de salud.

También puede contratar a un fotógrafo profesional para que tome fotos para su programa. Las fotos en blanco y negro son las más baratas y muy adecuadas para casi todo los fines. De hecho, en la mayoría de los pueblos pequeños, los fotógrafos sólo toman fotos en blanco y negro.

Contenido de las fotografías

Cuando se escogen fotografías: hay que tener en cuenta varios puntos.

- La gente y el fondo que aparecen en una fotografía deben tener un aspecto parecido a la gente que la verá después. Tal vez la gente no comprenda la idea que encierra una foto si tiene un aspecto extraño para ellos.
- La foto debe centrarse en una idea clara. Los primeros planos suelen ser mejores que las fotografías en las que aparecen zonas muy amplias. Si en la fotografía suceden muchas cosas, es posible que la gente no capte la idea principal.
- Para mostrar diferentes escenas de una historia puede mostrarse una serie de fotografías. También pueden mostrarse los pasos necesarios para terminar un proyecto o practicar una técnica.



Estas fotografías están bien escogidas para la educación sanitaria. Resultan familiares para la mujer que las mira y cada una de ellas contiene una sola idea presentada de forma clara.

- Los acontecimientos comunitarios, como las representaciones teatrales y las campañas de limpieza, son buenos temas de fotografía. Puede pedir un fotógrafo al ministerio o conseguir dinero para contratar a un fotógrafo local que asista a los actos. La gente estará muy orgullosa de verse en las fotos, y con ello se animará a continuar con su buena labor. Esas fotos deben colocarse sobre las paredes de la escuela, en el centro de salud o en la sala comunitaria. Los elogios y el interés apoyarán los cambios y las mejoras de la gente.

Comó guardar fotografías

Con el uso, las fotografías pueden estropearse por los bordes o incluso romperse. Sus fotografías durarán más tiempo si puede pegarlas en un cartón fuerte.

Asegúrese de que no se mojan las fotos. Guárdelas en un archivador o en una caja que esté en un lugar seco. Organice sus archivos de fotos según el tema de las fotografías.

Material proyectable

El material proyectable es, sencillamente, material educativo que se muestra a la gente utilizando un proyector. Los proyectores son aparatos que sólo pueden utilizarse donde hay electricidad, y necesitan que los maneje una persona con experiencia. Debe ocuparse de su cuidado una persona que sepa cómo repararlos si algo se estropea. Aunque esos inconvenientes hacen que los proyectores no sean muy prácticos para que el agente comunitario de salud los utilice en su aldea, damos aquí unas breves explicaciones sobre su empleo.

Propósito

El material proyectado resulta útil para subrayar los puntos más importantes de una charla o una conferencia. Por ese motivo, debe usted preparar su charla en primer lugar. Después confeccione o busque transparencias o imágenes que ilustren bien la cuestión y que ayuden a aclararla. El material proyectado también puede ayudar a la gente a aprender a hacer algo nuevo, aunque una imagen sin lecciones prácticas no basta. Por ello, incluya siempre una parte de discusión o de práctica si utiliza usted material proyectado para enseñar.

Tamaño del grupo

El material proyectado resulta útil para grupos de 30 personas a lo sumo. Si el grupo es demasiado grande, no todo el mundo podrá ver. Existen pequeños visorios para diapositivas que pueden ser utilizados por una sola persona.

Tipos de proyectores

Retroproyectores

Estos aparatos muestran transparencias, que son hojas de plástico transparente sobre las que se puede escribir con tinta especial o marcadores de cera y en las que se puede borrar después.

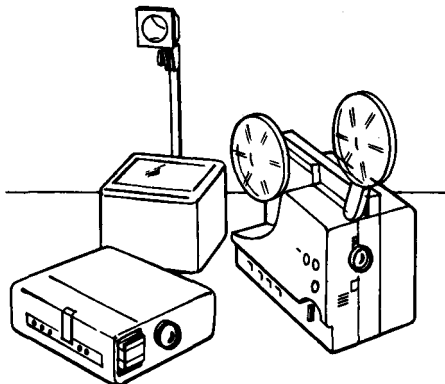
Las transparencias pueden hacerse por adelantado, o escribir sobre el plástico durante la charla, mientras se encuentra en el proyector. Por lo general, se suele preparar una serie de hojas y utilizarlas como en un rotafolio. Utilizando dibujos y palabras proyectadas, las charlas resultan más interesantes.

Proyectores de diapositivas

Las diapositivas para este tipo de proyección se toman con una cámara. En lugar de estar impresas, como las fotografías, el soporte de las imágenes es un trozo pequeño de plástico transparente, que suele ir montado en un marco de cartón para protegerlo. Aunque las diapositivas son pequeñas, el proyector hace que la imagen parezca grande cuando se proyecta en una pared o una pantalla.

Las diapositivas también pueden enseñarse en series. Muchas veces el proyector lleva una caja especial en la que se colocan las diapositivas, con lo que es más fácil pasarlas una detrás de otra rápidamente. A la vez que las diapositivas, puede utilizarse una grabadora con música y palabras. El resultado se parece mucho a una película. De hecho, a veces las diapositivas están unidas formando una filmina. En ese caso, necesitará usted un proyector de películas.

Consulte en distintos ministerios y organismos de beneficencia para saber qué programas de diapositivas y películas tienen a su disposición. Tal vez algunos temas guarden relación con su trabajo. Vea usted el programa primero antes de enseñárselo a otros. Cerciñese de que es el más adecuado para su comunidad.



De izquierda a derecha: proyector de diapositivas, retroproyector y proyector de películas.

Episcopios

Con un episcopio no es necesario preparar material como diapositivas o transparencias. Ese proyector sirve para mostrar dibujos, fotografías, diagramas y palabras directamente a partir de un libro, una revista o un periódico. Ni siquiera es preciso recortar este material.

Si da usted una charla, puede buscar imágenes que guarden relación con el tema y mostrarlas. Esto ayudará al público a hacerse idea de lo que está hablando. El problema principal de estos proyectores es que son grandes y pesados. Los proyectores de diapositivas y retroproyectores modernos son más ligeros y fáciles de transportar.

Dónde conseguir proyectores

Incluso si trabaja usted con un ministerio o un organismo que posee aparatos de esta clase, tal vez le sea difícil conseguir uno para usted. A veces pueden conseguirse proyectores en el ministerio o las delegaciones regionales o provinciales. El ministerio puede alquilar uno de esos aparatos durante un periodo corto y enviar a un operario que lo maneje.

Cómo utilizar material proyectable

- Para una charla, basta con cinco o diez buenas transparencias o imágenes. Si muestra usted demasiadas, confundirá a la gente, que se olvidará de algunos puntos importantes.
- Las transparencias o las imágenes deben ser simples. Si contienen mucha información, el texto, los dibujos o las imágenes tienen que ser pequeños, lo que hace que para el público sea difícil ver lo que muestra la transparencia.
- El material puede proyectarse mediante el aparato sobre una pared de color claro, una sábana blanca o una pantalla especial.

Esta no es más que una breve descripción de los proyectores y el material proyectable. Si le gusta utilizarlos, necesitará aprender algo más. Averigüe si su ministerio o el organismo para el que trabaja ofrece clases de demostración sobre la utilización de esos aparatos y sobre la preparación de material para proyectar.

Grabaciones en cinta

El tipo de cinta que vamos a tratar aquí es la cinta tipo «cassette». Esas cintas pueden reproducirse en aparatos pequeños y portátiles que funcionan con pilas.

Dado el precio del aparato, las cintas y las pilas, es poco probable que los agentes comunitarios de salud puedan utilizar este instrumento. No obstante, el personal de salud de nivel intermedio, por ejemplo en el distrito, y de primera línea, por ejemplo en la comunidad, puede encontrarlo útil como material auxiliar en diversas circunstancias.

Propósito

Facilitar información sanitaria y reforzar el mensaje de salud.

Público

La utilización más común de las grabaciones es con grupos. A veces en el dispensario, el hospital o la escuela se puede pedir a pacientes o a alumnos que escuchen una cinta sobre un tema de salud que guarda relación con sus intereses o sus problemas.

Tipos de programas grabados

Conferencias

Una vez que se ha grabado una conferencia, puede reproducirse siempre que haya un grupo o un individuo que desee saber algo sobre el asunto. Para que la grabación sea más animada e interesante, es una buena idea que haya un poco de música al comienzo de la cinta. En total, la grabación debe ser corta, no más de 10 ó 15 minutos. Puesto que el público no tiene nada que mirar, se aburrirá si la charla se alarga mucho.

Programas de radio

Estos pueden grabarse y reproducirse de nuevo para las personas que no los hayan podido oír.

Improvisaciones teatrales y discusiones en grupo

Cuando se graba y se vuelve a reproducir una discusión o una improvisación teatral, la gente puede oír lo que ha dicho. Eso les permite aprender acerca de su comportamiento, sus actitudes y sus valores. Antes de grabar una discusión o una improvisación, pregunte a todos los participantes si están de acuerdo en que se les grabe. Hay personas que pueden sorprenderse o avergonzarse si se les graba sin que lo sepan. Por lo general, es preferible borrar las cintas después de la sesión. La gente puede haber dicho cosas que no quiere que oigan otros que no pertenezcan al grupo.

Declaraciones de personas importantes

Para animar y reforzar su conferencia o mensaje de salud, puede utilizar grabaciones de declaraciones breves hechas por personas importantes. También añade prestigio y peso a las declaraciones.

Cintas con diapositivas

Las diapositivas y las cintas a la vez forman un programa interesante, pero es preciso prepararlo cuidadosamente. La charla que desea usted grabar en la cinta debe estar escrita antes. Esto se llama el guión. El guión debe ir marcado claramente para mostrar exactamente dónde cambiar las diapositivas. La persona que maneje el aparato irá leyendo el guión a medida que se reproduce la cinta, y cambiará las diapositivas en el momento oportuno.

Cómo almacenar cintas

Muchas «cassettes» vienen en pequeñas cajas de plástico cuando se compran. Es necesario mantenerlas en estas cajas para que el polvo y la suciedad no las estropeen. Si no tiene usted estas cajas, guárdelas en una caja más grande.

Si tiene usted un aparato combinado de reproducción de cintas y de radio, no deje la cinta dentro del aparato mientras tiene la radio puesta (a menos que esté grabando un programa de radio). Si la cinta se deja dentro del aparato, la grabación pueden llenarse de chasquidos que se oyen después. Tampoco guarde las cintas cerca de otros aparatos eléctricos, por el mismo motivo. Cuando consiga su aparato, pregunte cómo debe limpiarlo para que no provoque daños ni grabe ruidos extraños en las cintas.

Etiquete todas las cintas educativas. En la etiqueta debe verse el título del tema, el nombre de la persona o del grupo que habla y la fecha en que se hizo la grabación. Esto facilitará la búsqueda de las cintas cuando necesite usted ponerlas de nuevo.

Películas

A la gente le gustan las películas porque en ellas se ve acción, color y sonido. Son un medio de comunicación sumamente útil.

Propósito

Se hacen muchos tipos diferentes de películas. Algunas ofrecen principalmente información. Parecen conferencias que hacen uso de sonido y de complementos visuales. Algunas enseñan a hacer cosas. Otras son como representaciones teatrales y muestran situaciones de la vida real. La gente puede aprender comportamientos, actitudes y valores nuevos en esas películas. Muchas de ellas son simplemente un medio de distracción.

Tamaño del grupo

Las películas pueden mostrarse a toda la comunidad, pero cuanto mayor sea el grupo, menor será el grado de participación. Si es posible, muestre las películas a grupos de 30 personas como máximo.

Dónde conseguir películas

Los ministerios, las bibliotecas, las organizaciones benéficas y algunas empresas tienen películas que pueden pedirse prestadas. También tendrá que conseguir un proyector de cine y posiblemente una pequeña pantalla. Naturalmente, necesitará disponer de electricidad o de un generador. Tal vez también necesite a una persona con experiencia que sepa manejar el proyector.

Cómo elegir las películas

No elija las películas solamente por su título. Debe ver primero la película o hablar con alguien de su confianza que la haya visto. Antes de disponerse a mostrar la película, fórmúlese las siguientes preguntas:

- ¿se utiliza en la película un lenguaje que la gente comprende?
- ¿cuenta la película con información correcta y actualizada?
- la cultura de la gente que aparece en la película y la ambientación de la misma, ¿resultarán familiares para la gente que verá la película?
- ¿contiene la película ideas que puedan ser prácticas para la comunidad?

Si la respuesta a alguna de estas preguntas es «no», descarte la película.

Tal vez piense que es difícil encontrar una película para la que la respuesta a todas las preguntas sea afirmativa. Esto es verdad con frecuencia. Hacer una película cuesta mucho dinero. No es posible hacer una película que se adapte a las necesidades y la cultura de todas las comunidades. A menudo es mejor utilizar representaciones teatrales, cuentos, marionetas y demostraciones, porque éstas sí pueden adaptarse a la cultura local.

Cómo mostrar películas

Para que resulte una buena sesión de cine, necesita usted hacer lo siguiente:

- elija un momento y un lugar que convenga a todos los que desean asistir
- haga correr la voz por la comunidad, el vecindario o el grupo de modo que acuda mucho público

- muestre la película por la noche o en un lugar que pueda oscurecerse
- diga a los asistentes, antes de pasar la película, de qué se trata. Eso les ayudará a saber lo que tienen que buscar y lo que van a aprender
- cerciórese de que todo el mundo ve bien la pantalla. Si viene demasiada gente y abarrotan el lugar, tal vez se quede mucha gente sin ver. Quizá tenga que pasar la película dos veces para que todo el mundo tenga ocasión de verla.

Después de pasar la película, celebre una discusión. Pregunte al público cosas sobre la película. Procure que le hagan a usted preguntas. Asegúrese de que comprenden el mensaje de la película. Si se trata de un grupo grande, divídalo en grupos más pequeños. Pida a otros agentes de salud y agentes comunitarios que le ayuden con los debates en cada una de esas subdivisiones.

Periódicos

Propósito

El propósito principal de los periódicos es difundir información. Imprimen «noticias», que son por lo general relatos de sucesos. También llevan «reportajes», que son crónicas sobre un tema particular, y «editoriales», que expresan opiniones sobre diversos temas.

Los temas de salud pueden encajar en cualquiera de esas categorías. Las noticias sobre salud pueden ser un relato del lanzamiento de una campaña de inmunización, o un discurso sobre salud por un funcionario conocido. Un artículo sobre salud puede escribirlo un médico sobre alguna enfermedad o práctica sanitaria. Un editorial sobre salud puede instar a la población a tomar parte en un programa de agua potable.

Los periódicos llegan a mucha gente en muy poco tiempo. La prensa puede desempeñar un papel muy importante en el aumento de los conocimientos de la gente sobre la salud.

Tamaño del grupo

Los periódicos pueden tener cualquier tamaño, desde muy grandes hasta muy pequeños. Un periódico importante en una capital nacional u otra gran ciudad puede alcanzar a cientos de miles de personas de todo un país. Muchos se imprimen diariamente en grandes y modernas rotativas y se ocupan principalmente de noticias nacionales e internacionales.

Ahora bien, las ciudades y pueblos más pequeños tienen muchas veces periódicos propios que pueden imprimirse una vez a la semana. Estos se ocupan principalmente de las noticias locales; un acontecimiento relacionado

con la salud en su comunidad puede recibir atención en un periódico de ese tipo.

Por fin, la idea del periódico puede reducirse hasta el plano de la comunidad. Algunas aldeas y vecindarios urbanos tienen «periódicos murales». Estos son parecidos a los carteles. Pueden hacerse a mano, sólo unos cuantos ejemplares, y colocarse en las paredes en los lugares donde se reúne la población.

Cómo utilizar los periódicos para la educación sanitaria

Los periódicos pueden utilizarse para la educación sanitaria de distintas formas.

Una de ellas es contribuir a la evolución profesional del propio agente de salud. Es importante que usted esté al tanto de lo que sucede en materia de salud y desarrollo comunitario. Los artículos de periódicos son una buena fuente de ideas nuevas. Por ejemplo, puede aparecer un artículo sobre un programa comunitario que ha tenido éxito en otra parte de su país. Tal vez desee debatirlo con los líderes de su comunidad para ver si podría adaptarse a sus circunstancias.

Otra información valiosa puede ser un tratamiento nuevo o mejorado de una enfermedad, o una declaración de un alto funcionario sobre la importancia de la salud, que usted puede utilizar para fomentar la participación. Todos los agentes de salud tienen el deber de estar tan bien informados como sea posible. Los periódicos pueden ayudarles en ese sentido. Recorte y guarde los artículos interesantes. Quizá pueda utilizarlos más adelante en sus charlas, sus discusiones o sus reuniones comunitarias.

La segunda forma en que los periódicos pueden resultar útiles es como medio de compartir información con otros. Incluso aunque mucha gente a la que usted atiende no sepa leer, siempre hay algunos que saben. A menudo éstos se encuentran entre los líderes de la comunidad. Apreciarán que usted comparta la información con ellos.

Los artículos de periódicos también son útiles para los niños en el colegio. Los artículos sobre salud son un excelente medio de practicar la lectura. También pueden estimular el interés de la gente joven por los asuntos de salud. Recuerde que muchos niños en edad escolar desempeñan un papel importante en el cuidado de sus hermanos y hermanas más pequeños, y que un joven entusiasta es a menudo un excelente educador de sus padres.

Cómo escribir su propia noticia

Si en su vecindario o en su aldea va a suceder algún acontecimiento interesante en materia de salud, estudie la posibilidad de escribir un artículo y de llevarlo o enviarlo al periódico de más difusión en su zona. Naturalmente, es posible que

no lo impriman. Pero si el acontecimiento es excepcional y el artículo está bien escrito, tendrá muchas posibilidades. Los periódicos, especialmente los locales, pueden necesitar nuevos colaboradores.

Aunque el artículo no se publique, la tarea de escribirlo es un ejercicio excelente. Le obliga a pensar en la forma de expresar su mensaje en pocas palabras claras y comprensibles. Y, a la vez, a decidir cuáles son los hechos y las ideas más importantes que desea usted transmitir. Ese ejercicio le ayudará a comunicar su mensaje más eficazmente también en otros medios.

Estudie unos cuantos ejemplos de noticias locales. Probablemente descubrirá que la mayoría de ellas tienen varias características comunes. Por lo general son bastante breves; su número de palabras oscila entre 100 y 300. Se utilizan palabras sencillas, frases cortas y párrafos cortos. Dicen al lector en primer lugar lo más interesante o lo más importante. Responden a las preguntas siguientes: ¿quién?, ¿qué?, ¿cuándo?, y ¿dónde?, y a luego cuentan por qué y cómo si hay espacio suficiente. Algunas noticias hablan de un acontecimiento incluso antes de que suceda. Otras lo relatan después. Ambos tipos de artículos pueden ser útiles.

Ahora, apliquemos estas reglas generales a una situación particular. Cierta aldea está celebrando una campaña de inmunización y ha invitado a una popular orquesta local para atraer a la población al dispensario y distraerles mientras están en él. Tal vez su primera idea sea comenzar por describir las enfermedades objeto de la campaña y por qué es importante proteger a los niños contra ellas. Pero esto no sería una noticia. Haga pasar a primer plano el rasgo insólito.

«Las madres pueden hacer que sus niños queden protegidos contra cuatro graves enfermedades y escuchar buena música al mismo tiempo.»

Esto contesta a la pregunta «¿Quién?» y atrae la atención de la gente. Ahora, respondamos a las otras preguntas esenciales en el párrafo siguiente.

«El famoso mariachi Colima actuará en un Festival Especial de la Salud (qué) que se celebrará el sábado 20 de julio, de una a seis de la tarde (cuándo) en la plaza del pueblo de Santa Bárbara (dónde).»

Ahora es el momento de explicar por qué. Enumere las enfermedades contra las que se ofrecerá inmunización. Diga por qué son importantes. Si es posible, utilice unas estadísticas sencillas: a los directores de periódicos les gustan los hechos y las cifras. También, de ser posible, utilice una cita. Si el presidente o el ministro de salud han hecho una declaración relativa a la importancia de la inmunización, utilice parte de la misma. De lo contrario, cite una frase del funcionario de salud de su distrito o provincia.

Este ejemplo se preparó para utilizarlo antes del acontecimiento. Si está usted informando sobre el mismo una vez ocurrido, comience con el hecho más importante.

« Más de 200 niños han quedado protegidos contra cuatro graves enfermedades en el Festival Especial de la Salud celebrado en Santa Bárbara el sábado 20 de julio ».

Ensaye ahora esta técnica con un acontecimiento real o previsto en su comunidad.

Confección de su propio « periódico » de salud

Las historias como la que acabamos de comentar pueden utilizarse en su propio vecindario o en su aldea, incluso si no se publican en un periódico. El « periódico mural » mencionado anteriormente es una forma de hacerlo. Tal vez uno de los profesores de la escuela comunitaria quiera que sus alumnos confeccionen un periódico mural como trabajo de clase. Quizá un artista local desee redactar e ilustrar la historia. Naturalmente, si dispone usted de una máquina de escribir y de un medio barato de reproducir ejemplares, puede preparar un periódico de una o dos páginas para las ocasiones especiales, o incluso de modo regular una vez al mes.

Revistas

Las revistas son otra rama de los medios de información que tiene aplicaciones en la educación sanitaria. Suelen ser menos accesibles para el agente de salud que los periódicos. Por lo general, están dirigidas a un público repartido en una zona geográfica muy amplia y por lo tanto suelen interesarse menos por los sucesos de carácter local.

No obstante, hay muchas revistas que difunden información útil sobre la salud. Las revistas femeninas, por ejemplo, contienen a menudo artículos muy importantes sobre puericultura, problemas del embarazo y salud de la madre, alimentación y nutrición, etc. Incluso las revistas destinadas principalmente a la distracción del público general contienen a veces información sobre salud.

Igual que los periódicos, las revistas pueden ser una fuente importante de educación continua para usted como agente de salud. De hecho, los artículos de las revistas suelen ser más largos y detallados que los de los periódicos. También, como en el caso de los periódicos, esos artículos pueden, por supuesto, compartirse con los lectores de su comunidad y utilizarse como base de discusión.

Desde el punto de vista de la educación sanitaria, sin embargo, probablemente el rasgo más importante de las revistas es que son una fuente de imágenes. En las revistas, las imágenes suelen ser más numerosas y muchas veces de mejor

calidad que las de los periódicos. Muchas son en color. A menudo, encontrará usted fotografías atractivas y útiles incluso en revistas que no tienen artículos sobre salud, por ejemplo, imágenes de familias sanas, diversos alimentos y muchas otras cosas. Esas fotografías pueden utilizarse en carteles y franelógrafos y de muchas otras formas. Hay revistas enteramente dedicadas a la salud. A menudo las publican organizaciones profesionales, como asociaciones de enfermeras, o ministerios de salud. Son especialmente valiosas para usted desde el punto de vista de su mejoramiento profesional y para los programas de adiestramiento.

Radio

De todos los medios de difusión, tal vez sea actualmente la radio el más eficaz para llegar a públicos muy amplios con mensajes importantes. No hay duda de que esto es así en grandes regiones del mundo en desarrollo. Incluso en zonas muy aisladas, los labradores llevan consigo la radio al campo.



Incluso en las zonas rurales más aisladas, la gente suele tener radio.

Propósito

Los programas de radio sirven para múltiples fines. Algunos son simplemente de entretenimiento. Ofrecen música popular y novelas escenificadas. Otros tienen carácter informativo. En la mayoría de las emisoras de radio, hay varios programas de noticias al día, a las mismas horas, y los programas de diversión pueden ser interrumpidos para dar un boletín de noticias cuando sucede algo importante. Además, hay algunos programas de radio concebidos para enseñar

o educar. En muchos países hay programas diarios o semanales sobre alimentos y nutrición, métodos agrícolas y salud.

Por último, las emisoras de radio de muchos países utilizan mensajes muy cortos, normalmente de un minuto o menos, para publicidad comercial o para hacer anuncios de servicios públicos.

Cobertura

La extensión de la zona que cubre un programa o una emisora de radio es muy variable. Algunos son nacionales o incluso internacionales. En algunos países, toda la programación de radio se hace en el plano nacional, y las emisoras locales de ciudades pequeñas fuera de la capital, si existen, sirven principalmente de transmisoras. En otros países, sin embargo, hay emisoras de radio locales en las ciudades y los pueblos pequeños. Estas pueden transmitir noticiarios nacionales y algunos otros programas de ese índole, pero también emiten noticias, publicidad y programas educativos locales. Así, en una misma emisora de radio, algunos programas pueden estar concebidos para millones de oyentes y otros a la población mucho más reducida de un distrito o una región.

Aplicación en la educación sanitaria

Los mensajes de salud pueden difundirse por radio de muchas formas diferentes. Las noticias sobre acontecimientos relativos a la salud pueden formar parte de los boletines ordinarios de noticias.

Pueden emitirse programas educativos especiales sobre temas de salud; su duración puede ir desde unos pocos minutos hasta más de una hora. Estos pueden revestir la forma de charlas, entrevistas, o debates en la emisora.

Como la radio es un medio de distracción muy importante, algunos de los mensajes más eficaces pueden transmitirse mediante canciones, cuentos o escenificaciones. En muchos lugares hay programas dramáticos muy populares que suelen ocuparse de los problemas con los que se enfrenta una familia o un grupo de individuos. Cuando esos problemas guardan relación con la salud, el mensaje está contenido en la forma en que los personajes los abordan. El oyente no se da cuenta de que está siendo educado además de entretenido, pero recibe el mensaje, que es muy probable que sea recordado a causa de la forma en que se ha transmitido. Hay que tener cuidado con este método para que no resulte demasiado sentimental o trate de obligar a la gente a modificar sus opiniones.

La información que se difunde en los anuncios por radio plantea un problema especial. Parte de ella es cierta, pero parte es sólo parcialmente cierta y otra parte es deliberadamente errónea. Muchas emisoras de radio reciben una gran proporción de su apoyo financiero de los productos que ayudan a vender. Cuando esos productos son perjudiciales para la salud, como los cigarrillos, por

ejemplo, el mensaje que recibe la gente es falso. Parte del trabajo de usted consiste en ayudar a la población a estar al tanto de esas cuestiones y a ser oyentes con discernimiento.

Reuniones radiofónicas

Por lo general es posible conseguir por adelantado un calendario de emisiones de la emisora de radio que atiende su zona. Esta información es muy importante para usted. Puede saber cuándo se emitirán programas sobre salud y cuáles serán los temas.

Si se entera de que un programa sobre un tema de importancia para su comunidad se emitirá dentro de unos días, haga correr la voz. Coloque anuncios en lugares importantes. Informe a los miembros del comité de salud y a otros líderes comunitarios. Inste a todo el mundo a escuchar el programa. Aún mejor, invite a la gente a que se reúna en un lugar conveniente y lo escuchen todos juntos. Pídeles que lleguen unos minutos antes del comienzo del programa, para que pueda usted presentar el tema. Luego, en cuanto el programa termine, fomente la discusión y las preguntas.

Una de los supuestos inconvenientes de la radio en la educación sanitaria es que se trata de un medio de una sola dirección. La gente no puede hacer preguntas ni responder. Celebrando reuniones radiofónicas, puede usted convertir ese inconveniente en una ventaja.

Una pequeña advertencia: no tema decir que no sabe algo. Usted se habrá preparado lo mejor posible antes del programa. Pero tal vez se diga algo que usted no comprende del todo, o puede plantearse alguna pregunta para la que usted no tiene respuesta. «No lo sé, pero lo averiguaré» es siempre una respuesta aceptable, y es preferible a dar una respuesta que tal vez sea incorrecta.

Cómo conseguir que su programa comunitario se emita por la radio

Si vive usted dentro de la zona de difusión de una emisora local de radio que confecciona parte de su propia programación, tal vez pueda utilizar la radio más directamente. Muchas emisoras locales de radio, igual que los periódicos locales, están necesitadas de noticias, entrevistas o mensajes de servicios públicos que sean interesantes.

Las noticias de radio, como las de los periódicos, deben ser breves; de hecho, incluso más breves que las de los periódicos. Por ejemplo, en el artículo sobre el Festival Especial de la Salud de Santa Bárbara, un programa de noticias en la

radio utilizará solamente los dos primeros párrafos, más una lista de las inmunizaciones ofrecidas. Pero, a diferencia de los periódicos, las emisoras de radio pueden utilizar la misma noticia varias veces durante un periodo determinado.

En muchos lugares, las entrevistas radiofónicas ofrecen una oportunidad especial. Si en su comunidad se está celebrando una campaña o un acontecimiento importante, y especialmente si su funcionario de salud es bien conocido y buen orador, puede usted sugerir a la emisora de radio que le hagan una entrevista.

Si esto sucede, probablemente le pedirán que haga un borrador de una lista de preguntas en cuyas respuestas se encuentre la información que desea usted difundir. Usted necesitará también cerciorarse de que su funcionario de salud o el portavoz llega a la emisora con tiempo, para que el locutor y él puedan charlar un poco antes de la entrevista. También debe cerciorarse de que la gente de su comunidad está reunida para escuchar el programa.

Anuncios de los servicios públicos

Si tiene usted acceso a una emisora de radio local, tal vez esté dispuesta a emitir anuncios muy breves de servicio público en materia de salud. Estos pueden servir para múltiples fines. Pueden anunciar un acontecimiento, como una feria de salud o un programa de inmunización; también pueden dar mensajes de salud muy breves que sirvan como recordatorios a los oyentes.

Algunos anuncios son muy breves: apenas diez segundos. Pero incluso así pueden resultar útiles, especialmente si se emiten muchas veces. En un anuncio de diez segundos se podría decir:

« Es la Semana de la Salud en Santa Bárbara. Madres, recuerden: para sus bebés, la leche materna es la mejor. »

Otros anuncios de servicio público duran 20, 30 ó 60 segundos. Evidentemente, no puede usted emitir un mensaje muy complicado. Pero es sorprendente lo mucho que se puede decir en un minuto si se escribe el anuncio con cuidado.

Intente escribir algunos mensajes de salud de las duraciones mencionadas. Esto será un buen ejercicio para escoger las palabras y las ideas más importantes, y para ver cuántas palabras pueden entrar en el tiempo dado.

Televisión

No hay ningún medio que despierte un interés tan vivo como la televisión. Puede tener un gran efecto sobre la población. Puede ampliar los conocimientos, influir sobre la opinión pública, introducir nuevas formas de vida. En el sector de la salud, en zonas urbanas e incluso en comunidades rurales, ya ha actuado en muchos casos como enérgica defensora del comportamiento saludable. Esto es particularmente cierto cuanto los agentes de salud son capaces de incluir programas de televisión en sus actividades locales, y ampliar los efectos del medio mediante debates en grupo, del tipo de los que ya hemos comentado en el caso de los programas de radio.

La televisión tiene un aspecto nuevo con muchas posibilidades para la educación sanitaria. Se trata del empleo de las películas de vídeo. En algunas zonas, hay grupos locales que proyectan películas de vídeo a públicos pequeños. Estos grupos pueden, o no, tener intereses comerciales. Incluso existen lugares donde se proyectan series de películas durante todo el día y la gente acude al espectáculo al igual que iría al cine.

¿Sabe usted si este método se está utilizando con fines de salud en su comunidad o en otras comunidades? ¿Cree usted que tiene algún valor para la educación sanitaria? ¿Qué problemas prevé usted?

Publicaciones

Se ha dicho con frecuencia que los educadores sanitarios «todo lo que hacen es dar charlas y repartir folletos». Sabemos que esta crítica es exagerada. Pero debemos admitir que, en muchos programas educativos, se hace demasiado hincapié en la distribución de material escrito en forma de folletos, panfletos u octavillas sin el respaldo necesario, en la confianza de que harán la tarea por sí solos.

Incluso cuando una gran parte de la población sabe leer y escribir, el material escrito por sí solo raras veces, si lo hace, conduce a un comportamiento más saludable. Esto es especialmente cierto cuando el texto está lleno de términos técnicos y de jerga que sólo comprenden los agentes de salud profesionales, o cuando los folletos están mal ilustrados, escritos con frases largas y complicadas e impresos en letra muy pequeña. Por desgracia, estas características suelen encontrarse en muchísimos folletos que los educadores sanitarios distribuyen al público general.

Es evidente, por supuesto, que ese tipo de material resulta aún menos útil cuando el índice de analfabetismo entre la población es elevado. Confiar en que los folletos o panfletos harán toda o una gran parte de la labor de educación sanitaria es una táctica condenada al fracaso.

Propósito

No obstante, el material escrito puede resultar muy útil en un programa educativo. El material escrito puede conseguir las siguientes cosas :

- puede recordar a los individuos o a las familias un mensaje de salud que ya han aprendido por otro medio. Por ejemplo, la importancia de proteger a los niños contra una determinada enfermedad
- puede facilitar información adicional sobre un problema de salud o una práctica sanitaria para aquellos que están especialmente interesados en el asunto
- puede enseñar las etapas que hay que seguir para conseguir cierto objetivo sanitario, como la forma de mezclar la sal y el azúcar para la bebida de rehidratación oral
- puede compartir información con aquellos que tal vez no la hayan recibido de otra forma.

Cómo utilizar material escrito en la comunidad

Usted, como agente comunitario de salud, tal vez no disponga de las instalaciones necesarias para producir su propio material escrito, aparte de carteles, periódicos murales o simples octavillas. Así, su tarea es elegir, entre todo lo disponible, el material más apropiado para las necesidades de su comunidad, y decidir cómo utilizarlo con el máximo provecho.

La selección requiere, en primer lugar, que usted sepa lo que hay a su disposición. La oficina regional o nacional de educación sanitaria seguramente podrá decirle qué material escrito existe sobre un tema concreto y tal vez enviarle ejemplares. Otras posibles fuentes de folletos útiles son las organizaciones benéficas, las asociaciones profesionales y las empresas comerciales. Organizaciones internacionales como la OMS y el UNICEF han preparado folletos para las comunidades sobre diversos temas (véase Lecturas complementarias, en las páginas 259 y 260).

Una vez sepa qué material escrito existe y cómo puede obtenerlo, hay varias preguntas que debe usted hacerse antes de decidirse a utilizar un folleto :

- ¿ está escrito en un lenguaje y con un estilo que la gente de la comunidad pueda comprender ?
- ¿ está bien ilustrado ? ¿ Las imágenes resultarán familiares e interesantes para el público ? Este es un problema especial en el caso de los folletos producidos a escala internacional. Pueden mostrar casas, ropas, etc. que parecerán extrañas a su comunidad ; esa sensación de extrañeza puede interferir con la utilidad de la publicación

- ¿contiene el folleto el mensaje que deseo transmitir? Esta pregunta es especialmente importante en el caso de los folletos producidos comercialmente. Pueden ser muy atractivos y facilitar información útil, pero también pueden contener un anuncio oculto que es contrario a su propósito
- suponiendo que haya pocos ejemplares disponibles, ¿cómo puedo aprovecharlos al máximo?

En general, los folletos o panfletos son mejores cuando son breves, están escritos en un lenguaje sencillo, llenos de buenas imágenes y, sobre todo, cuando se utilizan para apoyar un programa educativo, en lugar de formar su base.

Medios locales o tradicionales

En muchos países los mensajes de salud pueden comunicarse por medios tradicionales como el arte, los pregoneros, canciones, representaciones teatrales, espectáculos de marionetas y bailes. Todas estas formas se comentan a continuación.

Arte

Algunas formas como los corazones, las cruces o la silueta de ciertas hojas significan algo para la gente. Los significados son distintos en las distintas culturas. El empleo de animales en el arte también tiene un significado. Un búho en una cultura puede ser símbolo de sabiduría, en otra puede representar la maldad. Otros animales se utilizan como símbolos para representar características como la honradez, la inteligencia, la pereza o el valor.

Los colores tienen un significado. Un pintor o un tejedor elegirán tres colores con un propósito determinado. Algunos colores se cree que traen suerte. De otros se piensa que son mejores para los niños o para los adultos. Los significados pueden ir desde el valor hasta la cobardía, de la pureza a la maldad. Algunos colores se utilizan para circunstancias especiales.

Hable con los tejedores, los pintores, los tallistas, los ceramistas y otros artesanos de su comunidad. Descubra el significado de ciertas formas, signos, animales, plantas y colores. Utilice esos símbolos cuando diseñe un cartel u otro material visual como rotafolios y franelógrafos.

Si está usted diseñando un cartel sobre los peligros de beber agua sin tratar del arroyo, averigüe cuáles son los signos, colores o animales que significan peligro. Utilícelos en el cartel. Si desea usted confeccionar un cartel que muestre las ventajas de la inmunización, emplee colores y símbolos que signifiquen buena suerte y felicidad. Su mensaje educativo quedará más claro si utiliza usted formas y símbolos artísticos tradicionales.



El pregonero hace uso de su voz, de tambores o de campanillas para transmitir las informaciones importantes a toda la comunidad. Los líderes de la aldea pueden comunicar ideas y anunciar cuestiones relacionadas con la salud por medio de los pregoneros.

Haga participar a los artesanos tradicionales de la aldea en el diseño y la confección de material educativo. Los artesanos pueden ir con usted a la escuela a ayudar a enseñar a los niños sobre la salud y el arte al mismo tiempo. Con la orientación de los artesanos, los niños pueden hacer trabajos artísticos que tengan un tema de salud.

¿Conoce usted los nombres de todos los artistas de su comunidad? ¿Qué diferentes tipos de arte practican? Hemos mencionado algunos que usted puede mirar. ¿Sabe algo sobre arte que pueda escucharse? La poesía y la música son dos ejemplos. ¿Puede usted nombrar otros?

¿Tiene usted alguna obra de arte tradicional en su casa? ¿Conoce usted el significado de los signos, las formas y los objetos de esa obra? ¿Cómo podría utilizarlos en sus programas educativos?

Pregoneros

Antes de que se inventaran las radios y los periódicos, la gente tenía otros medios de difundir información y noticias. En muchas zonas rurales no existen periódicos, y las radios sólo emiten noticias regionales o nacionales. En la mayoría de las aldeas, existen otras formas de dar noticia de un acontecimiento o una idea importantes. El anuncio por el pregonero es una de esas formas.

Propósito

Cuando los líderes de un pueblo o una aldea desean transmitir información rápidamente a su comunidad, suele haber personas especiales que les ayudan. Esas personas tienen la tarea de difundir información. Cuando tienen algo que decir, para llamar la atención utilizan una campana o un tambor. El ritmo del tambor o de otros instrumentos pueden ser una clave o una señal especial que la gente comprende.

Lugar

Si se trata de una aldea pequeña, el pregonero puede ir a un lugar céntrico y comenzar a anunciar el mensaje de los líderes. Cuando se trata de un pueblo grande, el pregonero recorrerá todos los barrios. En los pueblos más grandes pueden existir varios pregoneros, para garantizar la rápida difusión de la noticia a todos los sectores de la comunidad. Los anuncios del pregonero a menudo parecen canciones.

Métodos

Los pregoneros pueden usar su propia voz o diversos instrumentos musicales, o ambos a la vez.

Contenido

El mensaje del pregonero puede ser convocar a todos en la casa del jefe, o en la sala comunitaria para una reunión importante. El mensaje puede ser una noticia de una aldea vecina. También puede ser una advertencia sobre algún peligro, como el brote de una enfermedad. Los pregoneros pueden anunciar el nacimiento de un niño o la muerte de un anciano.

Uso educativo

Muchos de los mensajes que normalmente transmiten los pregoneros tienen que ver con la salud. Esto está muy bien, pero usted mismo no puede salir a cantar mensajes. La población de la aldea sabe quién es el verdadero pregonero y tal vez sólo respete la información que proceda de él. Tampoco puede usted pedir al pregonero que haga el anuncio por usted. El, o ella, trabaja a las órdenes de los líderes de la aldea.

Por lo tanto, la forma de hacer participar a los pregoneros es recurrir a los líderes del pueblo o la aldea, con los que probablemente ya esté usted trabajando estrechamente si planea un programa comunitario de salud. Los líderes pueden pedir al pregonero que le ayude. He aquí algunos ejemplos de mensajes que pueden transmitirse:

- un recordatorio para las madres para que inmunicen a sus hijos
- la petición de que la gente participe en una campaña de limpieza de la aldea

- un llamamiento para que la gente trabaje en un proyecto comunitario como cavar un pozo
- una advertencia sobre el agua sucia durante un brote de cólera.

Canciones

La gente canta para expresar ideas y sentimientos. Muchas canciones tienen como tema el amor y la tristeza. Las canciones pueden contar la historia de una persona famosa o un acontecimiento conocido. Algunas canciones son religiosas, otras son patrióticas. Las canciones se cantan para ayudar a los niños a dormirse o para celebrar ocasiones especiales. También pueden contribuir a educar a la población. Los cantos surgen naturalmente en ciertas culturas, pero no en todas.

Propósito

Pueden utilizarse canciones para dar a la gente ideas sobre la salud. Si la melodía es agradable, la gente recordará la canción y la información que contiene.

Según la cultura local, las canciones pueden utilizarse al comienzo de una charla sobre salud, una reunión o cualquier otro programa organizado para despertar interés y animación. También pueden hacer que una reunión termine con una nota alegre.

Tamaño del grupo

El grupo puede ser grande o pequeño. También pueden ponerse canciones en la radio para alcanzar una zona y un público más amplios.

Representaciones teatrales

Una obra de teatro retrata la vida y las personas y cuenta una historia en la que normalmente intervienen conflictos y emociones. La acción y el diálogo están típicamente concebidos para su representación con efectos dramáticos.

Propósito

Igual que los cuentos, las representaciones teatrales nos hacen observar nuestro propio comportamiento, nuestras actitudes, creencias y valores a la luz de lo que se nos dice o se nos enseña. Las representaciones teatrales son especialmente interesantes porque se puede ver y oír a la vez. Incluso pueden utilizarse para obtener fondos destinados a la autoayuda de la comunidad y otros proyectos.

Tamaño del grupo

Las obras de teatro normalmente se representan para grupos grandes y están destinadas a comunidades enteras.



He aquí tres escenas de una obra de teatro organizada por un grupo comunitario. La población puede aprender sobre la salud viendo una obra de teatro. Esta trata sobre un hombre que bebe demasiado. En las escenas, su familia y sus amigos intentan encontrar la forma de ayudarlo a resolver su problema.

Contenido

Una obra de teatro se basa en una historia. La historia puede ser verídica o asemejarse a la verdad. Tiene un comienzo y un fin. Las personas que toman parte en la obra conocen toda la historia, pero el público no.

Una representación teatral tiene personajes. Estos son personas que desempeñan los distintos papeles de la historia. Puede haber cualquier número de personajes.

Una obra tiene varios actos. Si se representase como en la vida real, podría llevar varios días. Una obra de teatro suele durar un par de horas, incluso menos. La obra se compone de escenas cortas e importantes.

Una obra puede tener un mensaje. Puede tener un final definitivo en el que todos los problemas quedan resueltos para bien o para mal. En ese caso, la lección o el mensaje que el público aprende de la obra suele ser evidente. Algunas obras tienen un final incierto. Terminan antes de que los problemas se resuelvan. Esto hace reflexionar al público, que se pregunta qué podrá pasar al final. Siente curiosidad por los personajes. Después de este tipo de obras, al

público le gusta hablar y comentar. Como el mensaje no está claro, la gente se pregunta «¿qué haría yo a continuación si fuera ese personaje?» Esto les ayuda a practicar criterios para la toma de decisiones.

Tipo de obra

Tradicional

En muchas culturas hay obras de teatro tradicionales que se representan durante las fiestas y épocas especiales del año. A menudo se basan en las vidas y los actos de los ancestros, los espíritus y personajes famosos del pasado. Las obras tradicionales tienen un tema o un mensaje para la comunidad. Puede haber ocasiones en las que el mensaje tenga relación con la salud. Esas obras están estrechamente vinculadas a los valores y las creencias de la comunidad. Esto hace que la gente se sienta ligada a su cultura y su comunidad cuando la contempla. De esa sensación nace el apoyo social. Las obras tradicionales con temas de salud pueden representarse durante un programa de educación sanitaria en la comunidad. Incluso puede usted escribir una obra de teatro de su invención que recuerde a las de tipo tradicional.

Moderno

Puede usted escribir obras sobre personas de nuestros días. Tome uno de sus temas de educación sanitaria y transfórmelo en obra de teatro. Puede usted escribir los diálogos y las acciones de cada personaje. Para generar más participación e interés, puede usted reunir a un pequeño grupo de personas que estén dispuestas a actuar en la obra. Cuénteles el argumento. Déjeles escoger el personaje que desean representar. Luego, pida al grupo que sobre ese argumento inventen ellos mismos los diálogos y la acción.

Material necesario

Vestuario o disfraces

¿Qué ropa vestirán los actores? Deben llevar el tipo de ropa que se adapte mejor a los personajes que están representando. Un agricultor, un hombre de negocios, un profesor y un religioso llevan ropas distintas. Tal vez tenga que confeccionar ropas especiales para los actores, pero en primer lugar vea si ya tienen o pueden pedir prestados trajes adecuados.

Decorado

¿Dónde tiene lugar la historia: en una granja, en el pueblo, dentro de una casa? El público debe saberlo. Puede usted pedir prestados muebles y pintar imágenes grandes en papel o madera. No gaste mucho dinero en decorados. A veces puede limitarse a decir al público dónde tiene lugar la acción. Pídales que «vean» el decorado en su imaginación.

Otros materiales

¿Qué tipo de trabajo hacen los distintos personajes: cocinar, coser, trabajos de carpintería, agricultura? Reúna o pida prestados los objetos que esos personajes necesitarán en la obra para que parezcan reales cuando actúen. Un agricultor puede necesitar una azada o un cuchillo. Su esposa puede necesitar cazuelas para cocinar.

Los actores

Busque a personas de la comunidad que estén interesadas y que no teman actuar delante de un público, y que puedan hablar con facilidad. Los escolares pueden participar con éxito en las obras de teatro como parte de trabajos de la escuela relacionados con la salud.

Anuncios

Puede usted confeccionar carteles o utilizar los servicios de los pregoneros para hacer saber a la gente el día, el lugar y el tema de la obra. Conviene dar a la obra un título interesante. Así, la gente tendrá una idea de lo que se trata. Si es un buen título, mucha gente puede venir sólo movida por la curiosidad.

Planeamiento de la representación

Los actores deben ensayar hasta que todos sepan su papel en la obra. Puede usted pedir a algunos amigos que asistan a los ensayos y formulen observaciones. Esto es en cierto modo un ensayo previo.

Cerciórese de que todos los materiales necesarios están reunidos con bastante antelación. Elija un lugar para la obra. Si ésta dura más de 30 minutos, la gente tendrá que sentarse. Las obras pueden representarse en el interior o al aire libre, según el tiempo que haga. Puede usted utilizar una sala comunitaria, de la escuela u otro lugar público de reunión. El público puede sentarse en la ladera de un montículo, por ejemplo, cuando la obra se represente al aire libre. De hecho, las obras pueden representarse en cualquier lugar. Si son cortas pueden representarse en el mercado o en la plaza del pueblo. La gente se reunirá cuando algo interesante esté sucediendo.

Cerciórese de que todo el mundo puede ver y oír. Probablemente deseará repetir la obra varios días si la aldea y el vecindario es grande. Así, toda la población tendrá la oportunidad de verla.

Participación y aprendizaje

Una obra constituye una buena ocasión de que la gente participe. Como ya hemos visto, unos pueden actuar, otros pueden confeccionar o donar trajes y elementos para el escenario y otros pueden hacer carteles y anuncios. Un equipo que funcione bien tiene que hacer muchas tareas diferentes.

Todos los que intervienen en la puesta en escena de la obra aprenderán a causa de su participación directa. Aprenderán los mensajes de salud de la obra y aprenderán a hacer cosas. Entre ellas cabe citar la planificación y la comunicación.

El público verá con gusto la obra, pero debe usted cerciorarse de que además aprende. Así, después de la obra, haga que los actores la comenten con el público. Unos y otros pueden formular preguntas con el fin de que el público aprenda.

Marionetas

Los espectáculos de marionetas se parecen mucho a las obras de teatro. La diferencia principal es que son marionetas las que actúan. No obstante, sigue haciendo falta gente para que las marionetas se muevan y hablen.

Propósito

Al igual que los cuentos y las obras de teatro, los espectáculos de marionetas dan ejemplos de cómo se comporta la gente en situaciones reales y pueden hacernos reflexionar sobre lo que es bueno o malo para la salud.

Utilización de marionetas

Las marionetas suelen parecerse a hombrecillos o animales, pero se comportan como personas reales e intervienen en una serie de acontecimientos que dan lugar a conflictos y problemas. Como es posible hacer marionetas con aspecto de animales, también pueden emplearse para escenificar fábulas. Incluso se puede usar una marioneta para ayudar en una charla sobre salud.

Tamaño del grupo

Como las marionetas normalmente son pequeñas, lo mejor es mostrarlas a grupos relativamente pequeños, de unas 20 personas; así todos pueden acercarse y ver lo que sucede. Naturalmente, también pueden hacerse marionetas del tamaño de un niño o tan pequeñas como un ratón. A los niños por lo general les encantan las marionetas y a sus padres suele gustarles verlas con ellos.

Hay muchos tipos de marionetas. He aquí los tres más comunes:

Marionetas manuales

Estas marionetas están hechas de tela. Usted coloca su mano dentro de la marioneta para que se muevan las manos y la cabeza. Estas marionetas pueden colocarse sobre su regazo, o bien puede usted sentarse detrás de una mesa y usar ésta como escenario sobre el que se apoyan las marionetas; también se puede confeccionar un escenario con una caja y un poco de tela para el telón, como se ve en la figura.

Marionetas de hilos

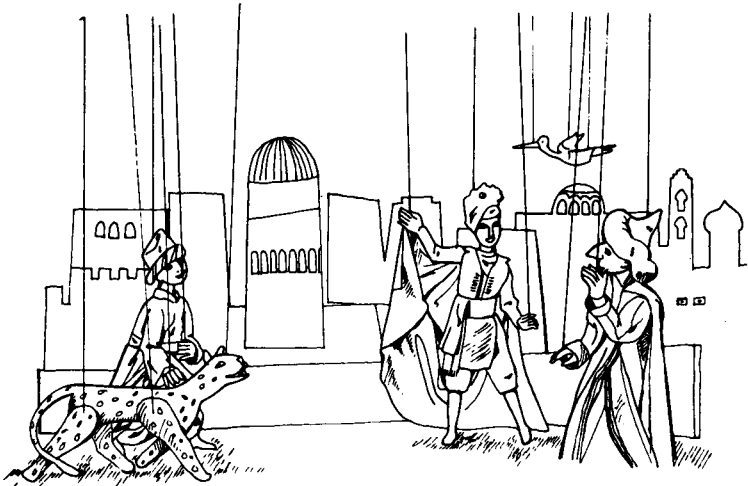
Estas marionetas llevan hilos en los brazos, las piernas, la cabeza y la boca. Usted se pone de pie y desde arriba mueve los hilos de la marioneta para que ésta se mueva. Puede estar hecha de madera, tela, cartón y otros materiales corrientes. Los artesanos locales, como los tallistas, pueden ayudarle a hacer marionetas.

Sombras chinescas

Para las sombras chinescas se utilizan piezas de papel, madera o metal en los que se recorta la silueta de personas o animales. Estas se pintan y se decoran



Los niños pueden confeccionar títeres y usarlos sin dificultad. Ellos mismos pueden inventar historias sobre la salud y representarlas con los títeres.



Estas son marionetas con hilos. Hay dos o tres personas que manejan los hilos desde arriba para moverlas. Como en las obras de teatro, hay trajes y un escenario.

con rostros y ropajes. En los brazos y las piernas se colocan palillos para que se muevan.

Cuando se iluminan estas marionetas, sus sombras aparecen agrandadas contra la pared o la pantalla situada tras ellas. Estas marionetas deben usarse por la noche o en un cuarto a oscuras.

Una idea parecida es colocar las marionetas planas detrás de una sábana blanca o una pantalla fina. Se las ilumina desde atrás de modo que sus sombras agrandadas aparezcan sobre la sábana o la pantalla. El público solamente ve las sombras, de modo que no es necesario pintar o decorar las marionetas.

Cómo planear el espectáculo de marionetas

En este caso se siguen las mismas etapas que en la preparación de una obra de teatro. Elegir el argumento, los diálogos y la acción, dibujar o pintar los decorados cuando sea necesario (aunque los escenarios son más pequeños), elegir un buen lugar donde mostrar las marionetas y fomentar la participación y la discusión entre el público; todo ello debe llevarse a cabo con sumo cuidado.

Danza

La gente puede comunicar ideas por medio de movimientos de su cuerpo. Esto sucede, por ejemplo, cuando usted saluda con la mano o guiña un ojo. En algunas culturas, para contar historias se utilizan las danzas tradicionales.

Algunas danzas no cuentan historias concretas, pero sirven para señalar ciertos acontecimientos. Puede haber danzas especiales para nacimientos o funerales. Puede haber una danza especial para el comienzo de la época de siembra destinada a expresar la esperanza de que la tierra será fértil y las cosechas abundantes. Una danza en la época de la recolección puede ser para dar gracias. Esas danzas comunican ideas.

Propósito

Reunir a la gente en un espíritu de fraternidad y alegría, despertar sentimientos de apoyo y comunicar ideas.

Tamaño del grupo

Si la danza es un medio común de expresión en la cultura donde usted trabaja, utilícela, junto con obras de teatro, durante una charla de salud o en una reunión de un club para comunicar ideas apropiadas y sentimientos de apoyo.



La danza y la música son formas tradicionales de comunicar ideas. Los movimientos de las manos y el cuerpo llevan un mensaje para los espectadores. Las formas tradicionales de comunicación pueden utilizarse para transmitir mensajes de salud.

Resumen

El espíritu de la atención primaria de salud y los principios de la educación sanitaria exigen la autorresponsabilidad de la comunidad en materia de desarrollo de la salud. En consecuencia, los programas de educación sanitaria deben diseñarse con la participación activa de la comunidad. Con ello se garantizará que los programas reflejan las realidades locales, atienden las necesidades locales y hacen uso de recursos locales. Teniendo en cuenta que no serviría de nada elaborar un manual de educación sanitaria en el que se fomenten programas uniformes, este manual ha facilitado al lector los conocimientos y las técnicas que le ayudarán a desarrollar programas adecuados a la situación local. Después de estudiar el manual, el lector debe 1) comprender el aspecto humano y social de la salud y la enfermedad; 2) apreciar el valor de hacer participar a los individuos de las comunidades en la planificación por ellos mismos y 3) saber facilitar esa participación.

A estas alturas, el lector debe ser capaz de ofrecer ejemplos concretos de la forma en que el comportamiento de la gente afecta a su propia salud y a la situación sanitaria de la comunidad. También debe ser capaz de detectar las razones de esos comportamientos de modo que pueda diseñar y aplicar los métodos y estrategias de educación sanitaria más apropiados.

Se han destacado etapas importantes de la planificación, como el diagnóstico comunitario, el establecimiento de objetivos, la movilización de recursos, la elección de métodos y estrategias, la programación de actividades, la vigilancia de los progresos y la evaluación. Estos procedimientos permitirán la ejecución de programas de educación sanitaria más eficaces cuando los miembros de la comunidad participen plenamente en cada etapa del proceso. Esto ayudará a esa comunidad a aprender métodos elementales de solución de problemas que podrá utilizar para ayudarse a sí misma en el futuro.

El manual nos enseña que la educación sanitaria puede practicarse en muchos niveles y en muchas situaciones. La educación sanitaria guarda relación con los programas de promoción, prevención, detección, tratamiento y rehabilitación. Puede practicarse con individuos, familias, grupos y comunidades. Los propios agentes de salud tal vez necesiten también prepararse para mejorar la forma en que atienden al público.

La educación sanitaria no debe estar limitada a una situación particular. La atención tiene que centrarse en escuelas, organizaciones sociales, dispensarios, lugares de trabajo y la comunidad en conjunto. La gente de cada uno de esos lugares tendrá necesidades especiales que la educación sanitaria puede atender.

Otra cuestión importante que se expone en el presente manual es que la educación sanitaria consiste en una amplia variedad de estrategias y métodos. Esto se debe a que los problemas de salud tienen muchas causas posibles. Las

estrategias de concienciación pública contribuyen a aumentar los conocimientos en materia de salud. La organización comunitaria ayuda a la gente a adquirir recursos sanitarios básicos. Las estrategias de apoyo social utilizan el estímulo de las familias y de los amigos para reforzar las acciones saludables. Lo más conveniente suele ser una mezcla de estrategias. Aunque la elección de las estrategias puede variar de un problema a otro y de una comunidad a otra, todas ellas siguen el ideal fundamental de que la educación sanitaria debe mejorar la capacidad de la gente para tomar decisiones y emprender acciones encaminadas a resolver sus propios problemas.

Por último, debemos insistir de nuevo en que el lector es libre de adaptar este manual a las necesidades de su país. La versión provisional ya se ha traducido a otros idiomas en otros países donde se ha ensayado. El manual será útil en los programas de adiestramiento y como prontuario para los agentes de salud en la práctica. Por lo tanto, los ejemplos, historias, imágenes y lenguaje utilizados deben cambiarse para adaptarse al medio local, social, cultural y organizativo. Si con el presente manual hemos logrado animar al lector a desarrollar su propio y personal programa de educación sanitaria, habremos conseguido nuestro propósito.

Lecturas complementarias

Alma-Ata 1978: Atención Primaria de Salud. Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 1978 (Serie «Salud para Todos», N° 1).

COMITÉ MIXTO UNICEF/OMS DE POLÍTICA SANITARIA. *Community involvement in primary health care: a study of the process of community motivation and continued participation.* Informe del Comité Mixto UNICEF/OMS de Política Sanitaria, Ginebra, 1977 (documento JC21/UNICEF-WHO/77.2).¹

Community involvement in primary health care. Informe de un taller celebrado en Kintampo, Ghana, 3-14 de julio de 1978. Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 1979.¹

El agente de salud comunitario. Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 1987.

Estrategia mundial de salud para todos en el año 2000. Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 1981 (Serie «Salud para Todos», N° 3).

Evaluación de los programas de salud. Normas fundamentales. Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 1981 (Serie «Salud para Todos», N° 6).

McMAHON, R. ET AL. *On being in charge: a guide for middle-level management in primary health care.* Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 1980.

OFUSU-AMAAH, V. *Experiencias nacionales en el empleo de trabajadores de salud de la comunidad. Examen de algunas cuestiones y problemas actuales.* Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 1984 (Publicaciones en Offset, N° 71).

OMS, Oficina Regional para el Mediterráneo Oriental. Health Education with special reference to the primary health care approach. *International journal of health education*, 1978, **21**(2) suplemento.

OMS, Serie de Informes Técnicos, N° 89, 1954, (*Educación higiénica del público: primer informe del Comité de Expertos*).

OMS, Serie de Informes Técnicos, N° 633, 1979 (*Formación y utilización de personal auxiliar para grupos rurales de salud en países en desarrollo*).

OMS, Serie de Informes Técnicos, N° 690, 1983 (*Nuevos métodos de educación sanitaria en la atención primaria de salud: informe de un Comité de Expertos*).

OMS/TDR. *Community participation in tropical disease control: social and economic research issues.* Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 1983 (documento TDR/SER-SWG(4)/CP/83.3).²

¹ Pueden solicitarse ejemplares de estos documentos a la División de Información y Relaciones Públicas, Organización Mundial de la Salud, 1211 Ginebra 27, Suiza.

² Pueden solicitarse ejemplares de este documento al Programa Especial de Investigaciones y Enseñanzas sobre Enfermedades Tropicales, Organización Mundial de la Salud, 1211 Ginebra 27, Suiza.

PNUD/BANCO MUNDIAL. *Methods for gathering socio-cultural data for water supply and sanitation projects*: TAG Technical Note No. 1, Washington, Banco Mundial, 1983.¹

UNICEF/OMS. *Joint study on water supply and sanitation component of primary health care*, Ginebra, 1979 (documento JC22/UNICEF/WHO/79.3).¹

UNICEF/OMS. *Primary health care: the community health worker*. Informe sobre un estudio y un taller interregionales UNICEF/OMS (Kingston, Jamaica) 1979/1980 (documento PHC/80.2).¹

WERNER, D. Y BOWER, B. *Helping health workers learn*. Palo Alto, California, The Hesperian Foundation, 1982.

WHYTE, A. *Guía para planificar las actividades de participación de la comunidad en los proyectos de abastecimiento de agua y saneamiento*. Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 1987 (OMS, Publicaciones en Offset N° 96).

¹ Pueden solicitarse ejemplares de estos documentos a la División de Informaciones y Relaciones Públicas, Organización Mundial de la Salud, 1211 Ginebra 27, Suiza.



El presente manual ayudará a los agentes de salud a impartir una educación sanitaria apropiada que aproveche los recursos locales y haga participar a la población. Se ocupa de la relación entre el comportamiento y la salud y de la forma en que la educación sanitaria puede ayudar a la gente a adoptar modos de vida más saludables.

En la obra se comentan formas de trabajar con la gente que establecen buenas relaciones, contribuyen a una comunicación clara, alientan la participación y evitan los prejuicios. También se esbozan los elementos de la planificación de la educación sanitaria.

Se describen asimismo métodos apropiados para la educación sanitaria de individuos, grupos y comunidades enteras, y se explica en detalle la forma de usarlos y de adaptarlos a las condiciones locales.

El último capítulo, «Cómo transmitir el mensaje de salud», se ocupa de la eficiencia en la comunicación y propone formas eficaces de utilizar los medios de información.