

Estar bien, sentirse bien.

Ideas sobre la educación y la salud de niñas, niños y adolescentes

Virna Vera Collantes

Kallpa

“En los dos últimos años uno de los beneficios más grandes es que muchos padres de familia prefieren poner a sus hijos en este tipo de escuelas porque van a aprender lo que en casa no han aprendido, o van a reforzar lo que en casa se ve un poco. Los niños y niñas aprenden a cuidar su cuerpo elevando su autoestima. Hemos conseguido el apoyo de otras instituciones para las campañas de salud que hemos emprendido. Hasta los padres de familia participan.”

(Wilfredo Mejía Cuadros, 33 años, director, Huanta)

Una mirada integral de salud para una mirada integral de educación. En este artículo nos detenemos desde la voz docente a explorar una definición de salud que recorra la escuela y el aula desde cinco ejes: el rol docente, la vida cotidiana, el género, la ciudadanía y la creatividad.

Estar sanos es estar bien. La salud es un juego de equilibrios, podemos imaginar una torre armada por tres cubos, un cubo sería la salud biológica, otro la salud psicológica y otro la salud social.

En la salud biológica encontramos problemas simples y complejos. Entre los simples tene-

mos la gripe, la diarrea, el dolor de cabeza, los cólicos. Entre los complejos la tuberculosis, el cáncer, el SIDA, etc.

La salud psicológica se refiere a nuestros comportamientos, a la manera en que nos relacionamos con otros, a la forma en que resolvemos los problemas que diariamente nos

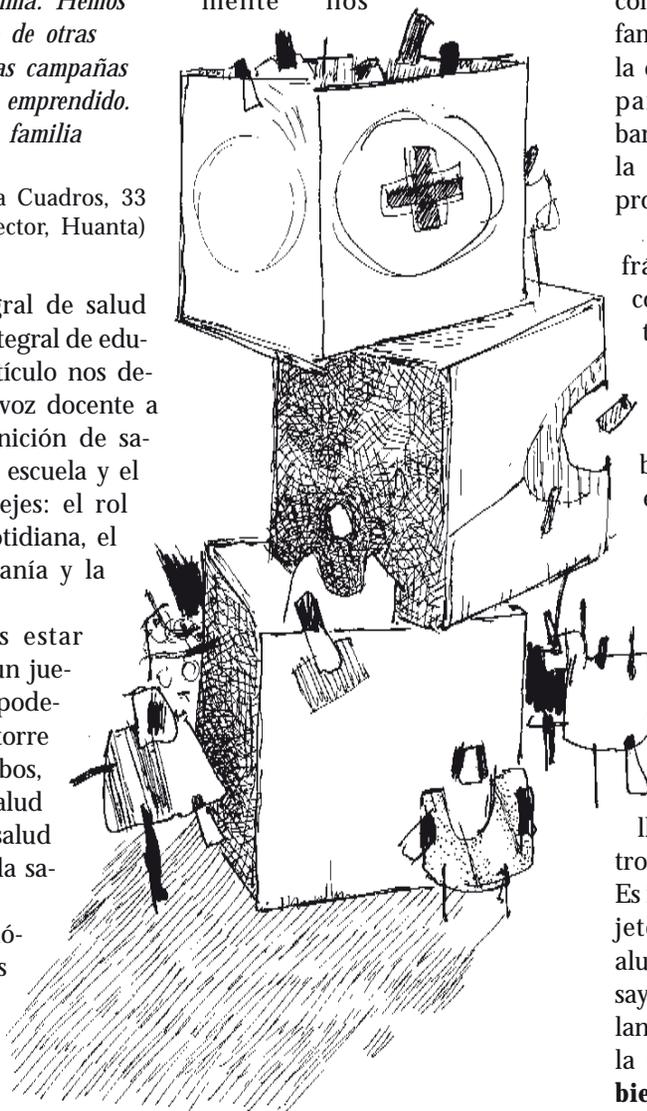
pone la vida. Niñas, niños y adolescentes son eco de lo que ocurre en su familia y en el colegio, se asustan y experimentan el miedo, preguntan y pueden no encontrar respuestas, se entristecen por cosas que sienten desagradables.

La salud social relaciona a la niña, el niño y los adolescentes con su entorno, con la estructura familiar a la que pertenecen, con la organización escolar en la que participan, con la dinámica barrial, con las áreas verdes, con la seguridad ciudadana, con los programas de televisión, etc.

La torre tiene un equilibrio frágil, con cambios constantes, con mejores y peores momentos. Es mejor que relacionemos esta torre con el concepto balance. Este concepto nos remite a un movimiento inevitable, necesario y compatible con el desarrollo del ser humano, e invita al quehacer pedagógico a extender su rol instructor al rol formador.

En el encuentro del docente con la alumna y el alumno existe un diálogo, marcado no sólo por palabras, sino también por gestos, por silencios, por deta-

lles y acciones. En este encuentro está el objeto de la pedagogía. Es importante detenerse en los sujetos, en los actores –docente, alumno, alumna– y entre ellos ensayar un diálogo saludable, en balance, donde la clave de vincular la educación y la salud es **estar bien, sentirse bien.**



La salud es un medio para la instrucción y para la formación

Si en nuestro quehacer, después de haber revisado los motivos por los que elegimos la educación como medio de canalizar nuestras capacidades, nosotros preferimos tener el rol instructor, la salud como tema nos ofrece una inagotable veta para el trabajo pedagógico.

Podemos acercarnos a los alumnos y alumnas a la elaboración de diagnósticos en salud, aproximarlos a la obtención de datos, al análisis de estos, a la identificación y jerarquización de problemas. Podemos acercarlos al hecho de conocer e invitarlos a actuar sobre los problemas de salud que enfrentan.

La diversificación curricular en salud es otro camino, el vincular estos temas para el trabajo en las diferentes áreas. Sólo como ejemplo mencionaremos que podemos ejercitar las matemáticas diferenciando grupos de alimentos saludables de los que no lo son, o ejercitar la comunicación integral entrevistando al médico del establecimiento de salud.

Pero si en nuestro quehacer, después de haber revisado los motivos por los que elegimos la educación o los motivos por los cuales la educación nos eligió a nosotros para canalizar nuestras capacidades, preferimos tener el rol formador, sabremos que es imposible dejar de ver a las niñas, niños y adolescentes desde sus sueños y necesidades, desde la forma en la que viven su salud.

Ser saludable pasa por aprender a convivir con las tres dimensiones de la salud, pasa por aprender a cuidarnos, a descansar, a la intimidad con uno mismo, a la acción organizada, a la acción solidaria, al pensamiento crítico frente a las situaciones de exclusión y pobreza.



No viven de igual manera los niños y las niñas la tolerancia al dolor, la queja sobre la enfermedad o el pedir ayuda. Debemos observar con especial interés los mensajes asociados a fuerza y control que reciben los niños varones y que responden a estereotipos y mandatos sobre "ser hombre", y que dificultan el diagnóstico temprano de enfermedades como la tuberculosis.



Acompañar la formación de personas saludables supone implícitamente tener paciencia, ser curioso, innovar, escuchar, poner retos, gratificar, encontrar en cada suceso de la vida en el aula y en la escuela la oportunidad pedagógica.

Un formador está inmerso en la vida cotidiana

Parte de la vida cotidiana son las interacciones y acontecimientos que ocurren en el aula. Por ejemplo, la gripe de varios compañeros o compañeras puede promover el diálogo sobre las condiciones ambientales en que vivimos, cómo está el aire, cómo respiramos, cómo respiramos en silencio.

En la cotidianidad abundan las sorpresas. Quizás empezaron los enamoramientos. Leemos con

ellos poemas y reflexionamos sobre el romanticismo o la ausencia de este, sobre las diferentes formas en que mujeres y varones aman, e identificamos problemas relacionados con el enamoramiento, construimos el concepto de amor responsable, conversamos sobre derechos sexuales, sobre los adultos y sus temores, sobre la idea de la protección, podemos acercarlos a los métodos anticonceptivos, al autocuidado, a revisar mandatos y rituales de iniciación sexual, a dialogar sobre las enfermedades de transmisión sexual y el SIDA.

La dimensión de género y ser saludable

Dentro de las niñas, niños y adolescentes convive lo femenino y lo masculino, son varones y mujeres, son o no son saludables desde su vivencia de género de manera diferente.

En el tema de la alimentación y nutrición encontramos diferencias y creencias sobre la mayor cantidad de alimentos que un niño debe consumir frente a una niña, creencias sobre el consumo de carbohidratos, sobre la salud y los niños gorditos.

No viven de igual manera los niños y las niñas la tolerancia al dolor, la queja sobre la enfermedad o el pedir ayuda. Debemos observar con especial interés los mensajes asociados a fuerza y control que reciben los niños varones y que responden a estereotipos y mandatos sobre "ser hombre", y que dificultan el diagnóstico temprano de enfermedades como la tuberculosis.

No se confrontan sobre las mismas dudas: ¿cómo es un varón?, ¿cómo es una mujer?, ¿cómo se aprende a ser padre y madre?, ¿qué modelos tenemos de padres y madres? Esta última pregunta trae a nuestra mente con preocu-

pación una imagen paterna inexacta, fragmentada, distante, y coloca al niño cómo invidente necesitando un lazarillo. En el caso de las niñas, es necesaria la confrontación frente a roles maternos, y la invitación a palpar un mundo con mayores y mejores oportunidades para las mujeres, donde nociones como la autonomía y la libre decisión, como placer y disfrute, como derecho al descanso, formen parte de su mundo. Es necesario que construyamos un concepto de sexualidad con vitalidad en la relación con los otros y otras.

Estamos invitados a detectar oportunidades de diálogo significativo sobre los miedos hacia el futuro, sobre los roles asignados a hombres y mujeres, sobre la evolución de estos roles en el devenir de la sociedad y en la conformación de las familias.

Aprovechemos los conflictos entre alumnos y alumnas para ejercitar el ceder, el pedir, el reparar, para conservar y recurrir a nuestro niño o niña interior según sea el caso.

La dimensión ciudadana y ser saludable

Ser críticos, participar, organizarse, transformar la realidad en que vivimos es ser ciudadano y ser saludable. Ejercitar la formación de comités de salud donde el encuentro entre generaciones y roles, permita a los alumnos y alumnas armonizar los puntos de vista sobre la realidad y vivir, en el diálogo con autoridades, docentes y padres de familia, una experiencia de poder positiva para su desarrollo.

Conocer los derechos del niño, niña y adolescente, ser críticos frente a la realidad de nuestro país, a la desigualdad y a la pobreza, conocer las principales enfermedades y las razones socia-



Ver la educación y la salud como la intersección de dos conjuntos, intersección puesta sobre el ser niño, niña y adolescente.



les que están a la base de estas, nos da sentido de ubicación y nos incentiva a superar el reto de ser ciudadanos en un país donde hay mucho por hacer y donde somos absolutamente necesarios y necesarias.

Ejercer nuestros derechos, existir en el establecimiento de salud, tener historia clínica, opinar sobre la calidad de la atención y sobre los servicios diferenciados para adolescentes.

Coordinar con el establecimiento de salud, integrar al trabajo de aula actividades como la fluorización y el despistaje visual.

Promover liderazgos de las niñas, niños y adolescentes, fortalecer los municipios escolares donde exista un cargo para la prevención y atención de los problemas de salud.

Todo esto es la semilla de la convivencia democrática.

La dimensión creativa y ser saludable

Innovar, sorprenderse, jugar, captar, resolver, expresar, son palabras asociadas a ser creativo. Un alumno y alumna saludable siente su cuerpo y danza, siente su voz y canta, y con sus manos pinta un mundo de colores o construye nuevas realidades.

Cuando acompañamos niños, niñas y adolescentes saludables nada es obvio, nada es reiterativo

y no hay temor al error. Ensayar y equivocarse es parte de ser audaces, exploradores, abiertos a los retos.

Apreciamos lo bello, lo cómodo, lo rupturista, aquello que es original, bajo en costos, útil y que tiene mayor permanencia en el tiempo. Por ejemplo, fomentamos la Feria de Ciencias e identificamos inventores, los Juegos Florales para conocer a los futuros poetas y ensayistas, los festivales de música y danza para conocer a los cantantes y bailarines. Innovamos proponiendo concursos de memoria, dominó, mimo y chistes. Ponemos a los alumnos y alumnas retos y nos organizamos para aprovechar todos los insumos, aprovechamos la basura inorgánica y hasta organizamos nuestro taller de cachivaches y con ese material elaboramos con los niños y niñas sus propios juguetes.

La integralidad del abordaje de la educación y la salud de los niños, niñas y adolescentes es un paradigma. Podemos ver la educación y la salud como la intersección de dos conjuntos, intersección puesta sobre el ser niño, niña y adolescente.

Desde esa posición la integralidad nos invita a reconocer dimensiones fundamentales en el quehacer pedagógico. Entonces, si vemos a la persona cuya formación acompañamos en su totalidad, evitaremos el trabajo reduccionista que piensa la salud como emergencia o enfermedad, que trata a la persona como síntoma, que muchas veces falla en los diagnósticos o que medica innecesariamente.

Desde la escuela y desde el aula es posible un abordaje vital y cotidiano, desde el género, la ciudadanía, la creatividad. De esta forma nos balancearemos con más armonía, con más alegría, con más optimismo sobre la frontera entre dos momentos: estar sanos y estar enfermos.