

Contenido

Presentación	4
Para leer y comentar, antes de empezar	5
I. LA SALUD NECESITA QUE TODOS PARTICIPEMOS	13
II. DECIDIMOS PARTICIPAR EN LA DEFENSA DE LA SALUD	17
III. LA SALUD Y LA COMUNICACION	23
IV. CONOCIENDO LA COMUNIDAD Y SUS PROBLEMAS DE SALUD	33
V. LA INFORMACION QUE NECESITO CONOCER Y DIFUNDIR	51
VI. CREANDO DEBO CUIDAR LA SALUD DE MI COMUNIDAD	53
VII. POR SER JOVEN. TENGO QUE ACTUAR	59

Presentación

Queridos jóvenes:

*Estamos a punto de entrar a un nuevo milenio.
Dentro de él, el primer siglo es de ustedes.*

Ustedes son los que forjarán las rutas de las Comunidades y de la Patria. Sobre ustedes caerá la responsabilidad de decidir, hacer y promover.

*Hemos pensado darles, desde ahora, una pequeña herramienta, para un tema que deberán afrontar:
MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA.*

*Les entregamos el Manual para el Joven Comunicador de Salud "Oye chochera, ¡te cuento!".
No es un libro de texto sobre enfermedades, ni es un manual de primeros auxilios. Es un libro que quiere facilitarles el poder compartir entre ustedes, la realidad de salud y buscar juntos, nuevas maneras de vivir.*

Estamos seguros de que, compartiendo, ustedes encontrarán formas nuevas de cuidar la salud, espacios en los que podrán hablar del tema y su aporte original, sin duda, logrará el objetivo de que en todas las comunidades haya una mejor calidad de vida, haya alegría, bienestar espiritual y físico.

*Con fiamos mucho en ustedes. Que Dios Padre de todos, les conceda sabiduría para que, con su juventud, construyan lo que todos necesitamos y deseamos: una fraternidad llena de justicia, de amor, de esperanza.
Afectuosamente,*

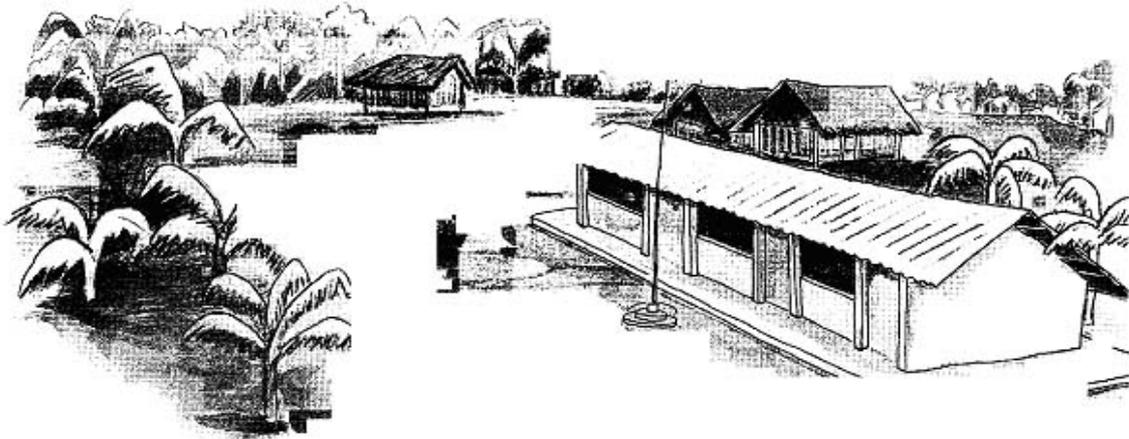
**Equipo Central del
Programa**

Para leer y Comentar, antes de empezar.....

I. ¿Qué entendemos por Educación para la Salud?

Es el proceso mediante el cual se van adquiriendo conocimientos, habilidades y destrezas para asumir cambios que mejoren la salud de las personas.

La Educación para la Salud se da en todos los campos: en la escuela, en la casa o mediante la información que se transfiere de persona a persona en la vida cotidiana de una comunidad y en su relación con el medio ambiente



Frente a esta definición, hay dos aspectos fundamentales que debemos tener en cuenta:

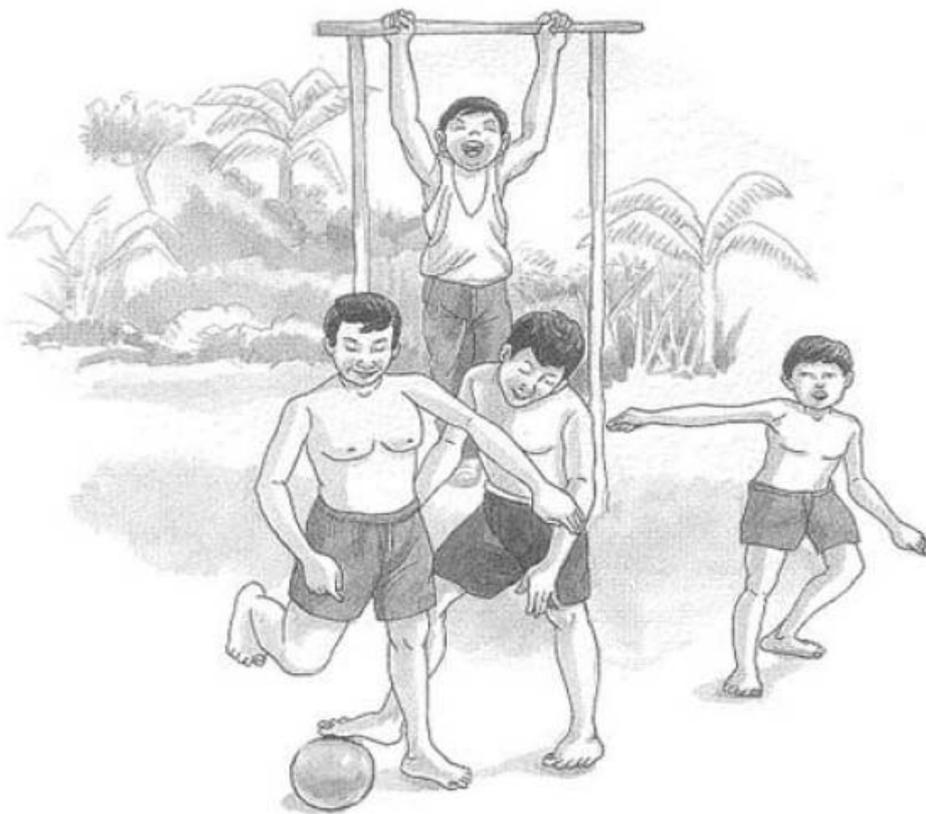
- La Educación para la Salud, debe generar y ser un proceso.

Quiere decir que la Educación para la Salud, va evolucionando y avanzando permanentemente. Significa también que no se da de manera aislada si no que ésta estrechamente ligado a todos los factores (sociales, culturales, económicos, etc.) que determinan la vida de la comunidad



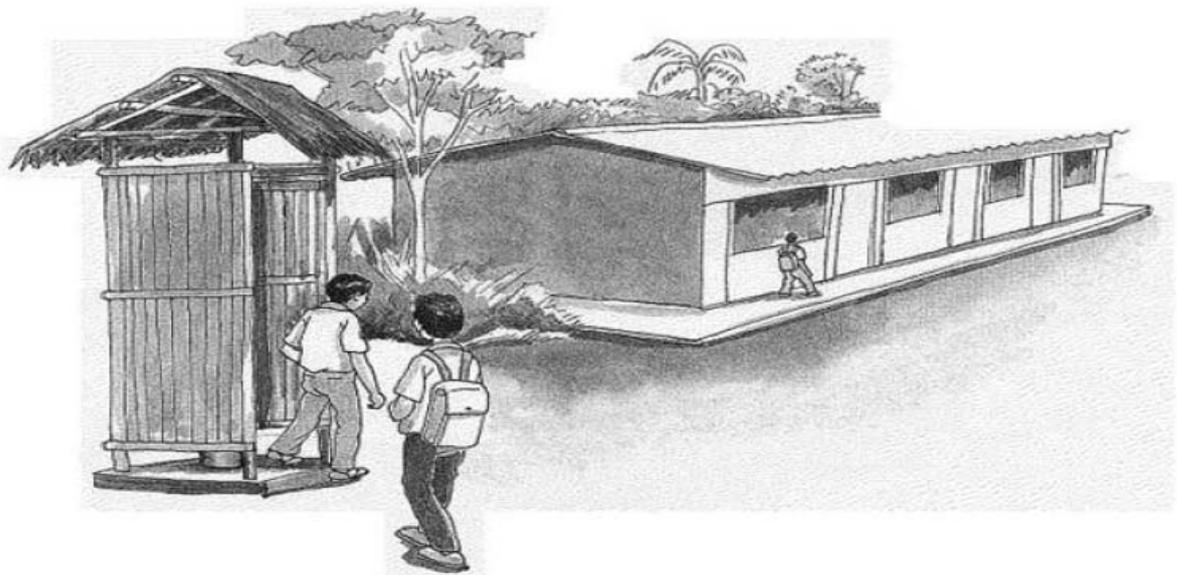
Entender a cabalidad este concepto nos permitirá entender el porque diversos hechos sociales no producen el mismo impacto en comunidades afines, así mismo el conocimiento o la información que se recibe puede o no producir una respuesta en las personas.

El segundo aspecto que considera la definición de Educación para la Salud es aquel que precisa que son las personas las que asumen cambios para mejorar la salud, esto significa que debe haber plena conciencia y voluntad en estos cambios.



La Educación para la Salud, busca que las personas asuman un determinado poder de decidir, y además prepara a que la decisión que se tome vaya en la defensa de la vida.

Las personas deciden usar la letrina cuando encuentran que es una posibilidad mejor que el de utilizar el campo abierto para sus deposiciones. Tienen una nueva opción y deciden libremente hacer uso de ella.



II. La Educación para la Salud desde la secundaria.

Si tenemos presente los criterios antes señalados de la Educación para la Salud, nos encontramos con una serie de vacíos en la Educación para la Salud que se imparte en los Colegios de Secundaria. Es necesario que estos vacíos vayan superándose, si queremos una real participación de los jóvenes en la salud.

Nos encontramos en la secundaria con:

- Una información en salud al joven para que aprenda a cuidarse y asuma responsablemente la Salud. Pero toda esta información llega cargada de sentimientos de culpabilidad, en un momento donde el joven además de la autoafirmación está buscando descubrir las verdades internas de su cuerpo.
- Existe la necesidad de que el joven participe en el cuidado de su salud, sin embargo la participación que se le propone es una participación pasiva, donde sólo recibe mensajes, y se le determina su actuar.
- Una visión tradicional de la salud-enfermedad, traducida en temas y contenidos de enfermedades frecuentes que no responden a la percepción que los jóvenes tienen de su realidad, problemas y preocupaciones.

III. Nuestra Propuesta de Educación para la Salud.

Buscamos que el joven vaya encontrando espacios para participar en el cuidado de la salud.

Pero..., ¿cómo hacerlo teniendo en cuenta sus inquietudes y expectativas, y que a la vez se sienta protagonista de las acciones de salud que emprende?

Queremos...

- 1. Asumir la salud y sus cuidados buscando la afirmación del joven, tanto individual como social.**

Buscaremos a través de diversas formas de comunicación (cartas, encuestas, sociodramas, campañas, etc.), que los jóvenes den su aporte concreto a la salud de la comunidad.

Mediante una secuencia de actividades, el joven deberá irse involucrando en la elaboración de mensajes educativos que aporten a solucionar problemas de salud, identificados en la escuela y en la comunidad.

2. Considerar la capacidad creativa del joven como una manera de afirmar su aporte en el cuidado de la salud.

No se trata de impartir “mensajes sanitarios”, sino que el joven pueda elaborarlos de acuerdo al conocimiento que va teniendo de la realidad y de su capacidad creativa de comunicar.

3. Buscar que el joven haga suyos los mensajes “sanitarios” como parte de un proceso de comunicación:

Yo necesito saber y conocer ~ para poder informar

Para poder cuidar ~ para poder cuidarme.

Si buscamos que el joven asuma y haga suyos los mensajes, debemos propiciar en él la necesidad de conocer, para poder comunicar. El hecho de compartir y de reflexionar alrededor de un problema de salud, va a permitir que la decisión personal de cuidar su salud, sea asumida a cabalidad.

LOS CONTENIDOS

Cada tema sugiere una serie de actividades que van creando un proceso que lleva a actuar y comprometernos activamente en el cuidado de la salud de la comunidad.

Por ello los contenidos siguen la siguiente lógica:

La problemática como punto de partida.

El hecho de no sentirse tomados en cuenta, es un punto de partida para la propuesta. Por eso se busca que desde esa necesidad, el joven pueda buscar comunicarse a través de formas sencillas, como es el caso de la carta, y que además busque sentirse acompañado y siendo parte de un grupo.

Juntarse para actuar.

Después de sentirse grupo, se plantea formar una organización juvenil que asuma como tarea el ser promotora de la salud, para lo cual se hace necesario encontrar la relación que existe entre la situación que viven las comunidades y el significado de SALUD.

Conocer la realidad.

La visión integral de la salud, debe llevar al joven a conocer y sentir una realidad no como algo ajeno a él, sino como parte vital en su vida, dentro de la cual tiene que actuar. Se busca que aprenda a comunicarse con esa realidad y que sienta que tiene mucho que aportar.

Actuar en nuestra realidad.

Por último es el momento de la acción, el joven tiene que hacerse conocer, dar sus ideas a los otros y buscar la manera de hacerse sentir en la comunidad.

LAS TÉCNICAS DE COMUNICACIÓN:

El ser consciente del problema y sentir la necesidad de comunicación, exige conocer técnicas de comunicación. En la propuesta se plantea la utilización de una serie de técnicas que van desde las más sencillas hasta las más complejas.

Las técnicas de la investigación ayudarán a los jóvenes al conocimiento de su comunidad y de proponer acciones concretas de comunicación.

Luego técnicas como las láminas, el afiche, el sociodrama, permitirán tener los elementos para poder concretar campañas educativas y de comunicación dirigidas a toda la comunidad.

1 LA SALUD NECESITA QUE TODOS PARTICIPEMOS



Todos mis compañeros son bien buenos, hay algunos con los que he hecho buena amistad y con otros no tanto, pero para todos yo deseo lo mejor.

Te cuento de algunos, mis choches, mis patas.

“**Julián**” es un excelente compañero. En la escuela todos le quieren, aunque hay veces que me preocupa, pues hay días que lo veo pálido, está triste y está como preocupado. El otro día en la formación estaba que sudaba y parecía de papel, pero si uno le dice algo o le pregunta se molesta...

“**Teresa**” es otra compañera, es recontra alegre, le

gusta un montón las fiestas, pero hay veces que los profes se molestan con ella porque no cumple sus tareas, nos ha contado que tiene muchos problemas con su padrastro y que por eso prefiere andar lejos de su casa.

“**Arturo**” es el mayor del grupo, es muy serio pero le gusta hacer bromas pesadas sobre todo a las compañeras. Hay tiempos que no asiste a clase porque trabaja con uno de sus tíos. Un amigo nos ha contado que se ha “quemado”, pero él no dice nada y se calla y a veces hasta se pone muy molesto.

Conversemos:

Julián, Teresa y Arturo.

- / ¿Qué problemas tienen?
- / ¿Sus problemas, son problemas de salud?
- / ¿Cómo podremos ayudar a Julián, a Teresa o Arturo?
- / ¿Qué otras personas podrán ayudarlos?

Comentamos las respuestas y entre todos respondemos:

- / ¿Casos como éstos suceden en nuestro Colegio?
- / ¿Podemos hacer algo para ayudar?

Después de responder las preguntas podemos leer y comentar la siguiente carta.

Carta de un amigo a un joven como tú.



Querido amigo o “para sentirnos en confianza, Querido Mashita”.

Deseo que al recibir la presente te encuentres con SALUD, pero sano de a de veras. A veces pensamos que estar sano es no estar con alguna enfermedad y nos olvidamos que estar sano es tener las ganas de correr, de jugar un partidito, de estar con los patas, de sentirnos contentos en la escuela, a gusto en la familia, y de tener asegurada la comida.

Y para mayor aclaración te cuento lo que el profesor nos decía:

“Salud es estar en armonía con nosotros mismos, con las personas que nos rodean y con nuestro ambiente”. Bueno, pensarás que ¿para qué tanto rollo?...

Lo que sucede es que con los compañeros nos hemos dado cuenta que los jóvenes cada vez tenemos más problemas y sentimos que no podemos hacer nada para resolverlos.

El otro día escuché por la radio de un grupo de jóvenes que se habían organizado para ayudarse entre ellos, hacían sus actividades y podían estudiar y divertirse juntos, eso me pareció muy bonito pues hay tantos

problemas que tenemos que hacer algo para salir de nuestra situación.

En mi familia mis padres tienen muchos problemas, no hay plata, no hay trabajo. Mi viejo para olvidar sus problemas se emborracha con frecuencia y en la casa golpea a mi mamá. Eso afecta mucho nuestra vida.

Siempre pienso que como jóvenes, tenemos que buscar ese ideal de vida que es el ESTAR SANO, para ello tenemos que ver entre todos para que la situación mejore, invitar a todos para que hagan algo que les permita vivir contentos, sanos de a de veras.

Estoy convencido que si todos hablamos, tienen que escucharnos, ya sea a través de una conversación, de una canción, de un aviso, de un dibujo, de un teatro o de otras maneras. No por algo dicen que los jóvenes nos hacemos oír y que somos capaces de crear la alegría de la vida.

Seamos entonces Promotores de Salud, Promotores de Vida.

¿Qué te parece?, ¿estás de acuerdo?

Ahora depende de ti, que te pongas las pilas y que animemos a la comunidad a participar.

Me despido deseando que te animes y que encuentres la alegría que Dios nos da al saber que pensamos en los demás.

*Atentamente
Un Joven amigo.*

Después de leer la carta conversar en el grupo:

- ¿Podemos hacer algo para ayudar a Julián, Teresa y Arturo?
- ¿Casos cómo éstos suceden en nuestro colegio?
- ¿Podemos hacer algo para ayudar?

Entre todos ver la posibilidad de organizar un grupo de Promotores de la Salud y de integrar a más compañeros en el grupo.

2 DECIDIMOS PARTICIPAR EN LA DEFENSA DE LA SALUD



¿Cómo podemos participar en la tarea de defender la SALUD?

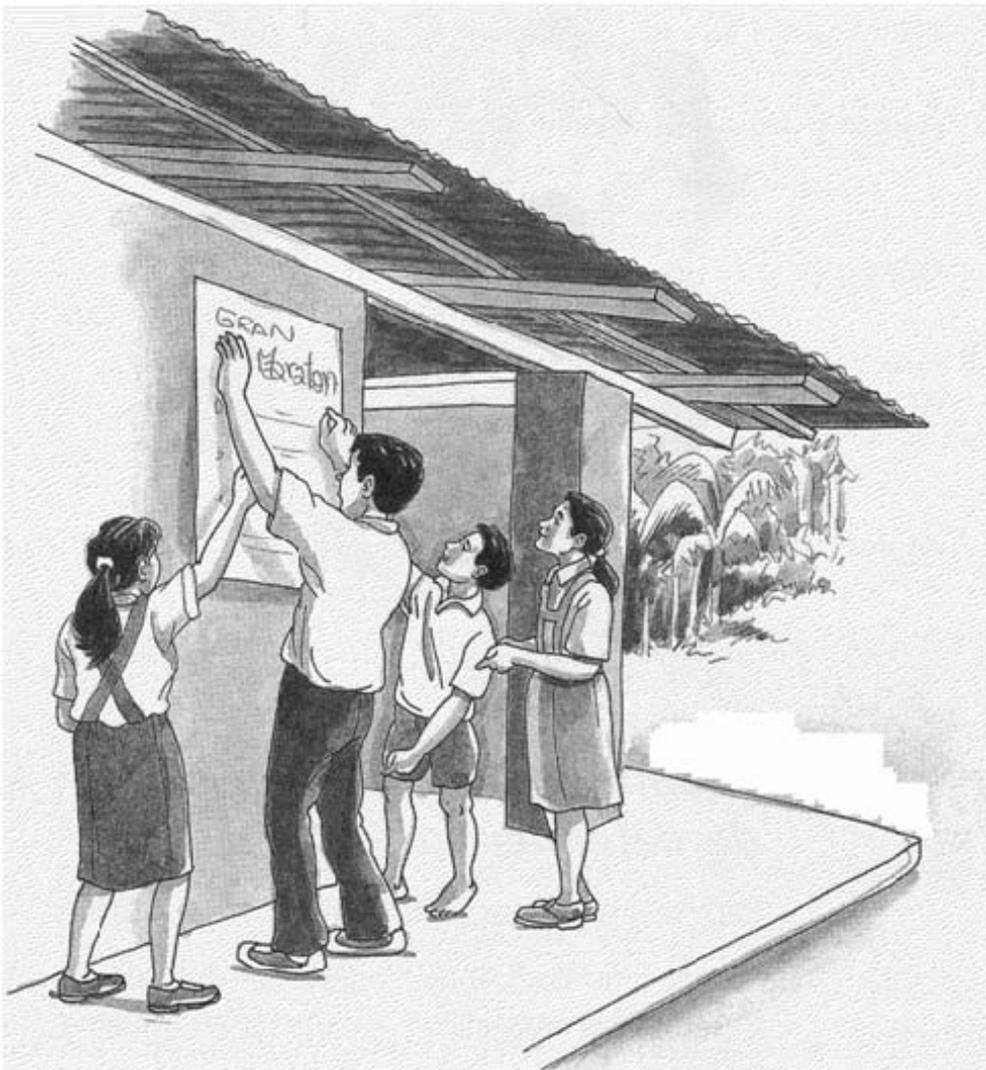
Vamos a organizar "LA ASAMBLEA JUVENIL".

La decisión de trabajar por la salud, debe ser un acuerdo tomado entre todos los compañeros, mediante ASAMBLEA JUVENIL.

La asamblea es la reunión de todos los miembros de una organización, ahí se decide sobre su constitución, su funcionamiento, su futuro. Una decisión tomada en asamblea es un acuerdo que compromete a todos sus integrantes y es un acuerdo máximo que no puede faltarse.

Debemos conocer el procedimiento de una asamblea:

Primero:
Hacemos la convocatoria



Convocatoria:

Se cita a todos los alumnos del grado para la realización de la Asamblea Juvenil, con la finalidad de organizar la defensa de nuestra salud y la de la comunidad. Para ello la agenda propuesta es:

Elegir la Junta Directiva para que dirija el trabajo de salud de nuestro salón o de nuestro grupo, además para dirigir la asamblea.

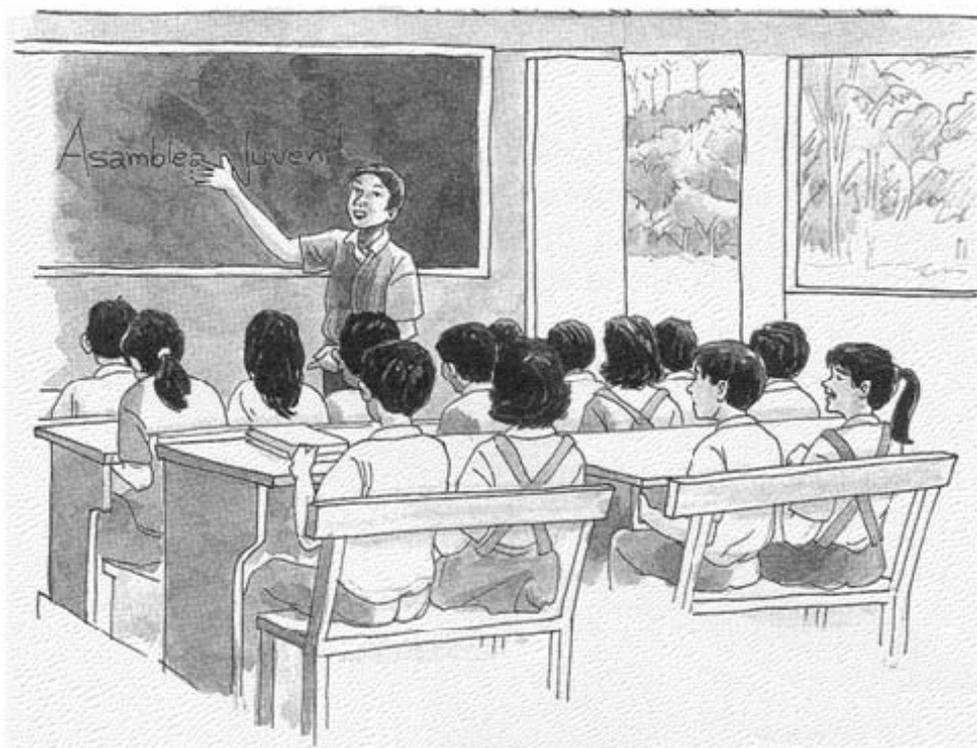
Acordar cómo deben los jóvenes participar para defender la SALUD.

Dicha asamblea se realizará el día..... a horas..... en el salón del.....grado.

Firma la presente convocatoria

**El profesor
Asesor de la Asamblea Juvenil.**

Segundo: Realización de “La Asamblea”



1. La Apertura:

El profesor saluda y explica el motivo de la asamblea.

2. Despachos e Informes:

Es el segundo momento de la Asamblea, vamos a explicar lo realizado en la clase anterior y el deseo de que se organicen los jóvenes como Promotores de Salud. Se presenta la agenda y se explica, que una vez elegida la junta directiva, será ella la que asuma la dirección de la asamblea.

3. Orden del Día: Se va viendo punto por punto.

Se elige la Junta Directiva, la misma que toma la conducción de la asamblea, con la asesoría del profesor.

Para el segundo punto de la agenda, se pide que todos participemos dando nuestra opinión y que el secretario vaya anotando las opiniones.

4. Acuerdos: Frente a cada propuesta se discute y se va viendo si son válidas o no.

Si es necesario se hacen votaciones.

Es importante resaltar el rol del joven promotor, como comunicador y animador de la comunidad.

5. Conclusiones: Antes de terminar la asamblea el Secretario lee los acuerdos.

Se lee el acta y se firma entre todos los participantes.

Modelo de Acta:

Siendo las horas del día, los alumnos del C.E Reunidos en

Decidieron realizar la Asamblea Juvenil siguiendo la siguiente agenda:

- Elegir la Junta Directiva para que dirija la Asamblea.
- *Cómo deben los jóvenes participar para defender la SALUD.*

Todos aprobaron la agenda y se procedió a informar sobre lo avanzado en el cuidado de la salud:.....

Se procedió luego a elegir la Junta Directiva, quedando nombrados:

.....
.....
.....

Inmediatamente se hizo cargo de la reunión la Junta Directiva elegida y se procedió a discutir sobre el segundo punto que era el de tornar acuerdos de

- *Cómo deben los jóvenes participar para defender la SALUD.*

Los acuerdos fueron los siguientes:

.....
.....
.....

Estos acuerdos fueron aprobados por todos los asistentes a la reunión.

Siendo las del mismo día se levanta

La Asamblea Juvenil, firmando todos los presentes esta acta.

de 1,9

FIRMAS

3 LA SALUD Y LA COMUNICACIÓN



¿Qué es la Salud?

Siempre hemos pensado que salud es no estar enfermos, pero ahora descubrimos que salud es algo más...

¿Qué es la salud para nosotros?

Para responder a esta pregunta vamos a hacerlo mediante un dibujo.

¡Entonces, lápiz, colores y papel, a dibujar aquello que pensamos que es la salud en nuestra vida!

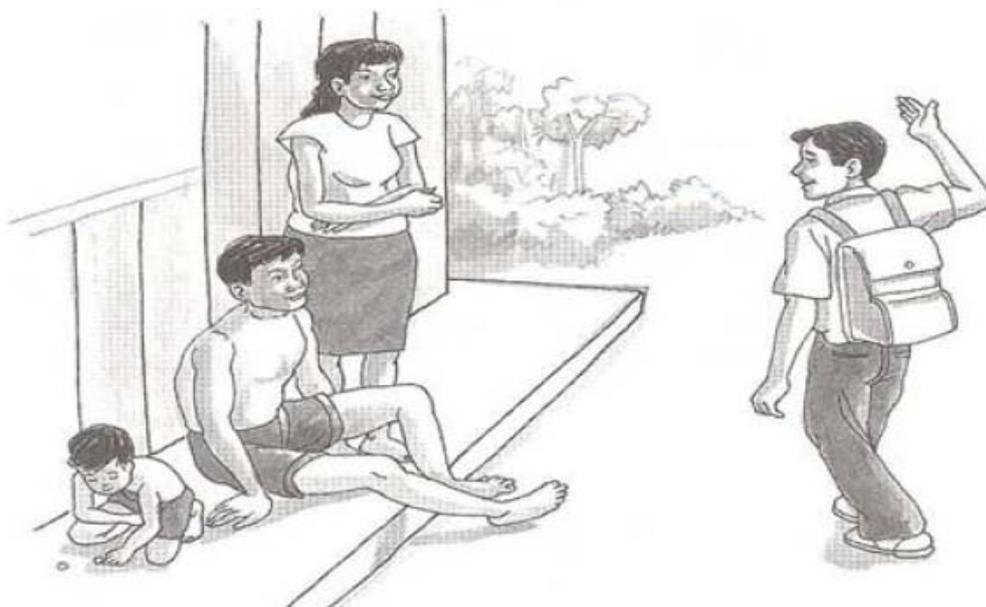
Cuando terminemos el dibujo comentaremos, y con ayuda del profesor construiremos una definición de SALUD.

Salud es:

¿Y dónde entra la comunicación?

Si queremos que la salud sea:

La armonía con nosotros mismos, con las personas que nos rodean y con nuestro ambiente.



Necesitamos de una buena relación entre todos, y para lograrlo es necesaria la COMUNICACION con nuestra familia, con los amigos, con los profesores con toda la comunidad.

¿Qué es comunicación?

Para definir la comunicación vamos a utilizar LA HISTORIETA.





¿Qué podemos aconsejarle a Julián?

¿Con quién se comunicó Julián?

¿Cómo creen que podrá Julián lograr una mejor comunicación con sus padres y con su enamorada?

¿Qué es necesario para que exista una buena comunicación?

Hagamos *nuestra propia Historieta*:

Tenemos que tener en cuenta:

Las preguntas claves.

La historia que vamos creando a través de oraciones

La historieta, que son dibujos de los personajes, con sus respectivos comentarios

Crear la Historieta de ARTEMIO.

<i>PREGUNTAS CLAVES</i>	<i>LA HISTORIA</i>	<i>LA HISTORIETA: "Artemio descuida su salud"</i>
<i>¿Quién es?</i>		
<i>¿Cómo es?</i>		
<i>¿Qué ocurrió?</i>		
<i>Y ¿qué otra cosa ocurrió?</i>		
<i>¿Por qué?</i>		
<i>¿Cómo termina?</i>		

Entre todos, compartimos las historietas y conversamos sobre la necesidad de comunicarnos, de compartir nuestros problemas de salud para buscar las soluciones.

En grupos conversar sobre:



Cuando tenemos un problema de salud:

/ ¿Con quién nos sentimos en más confianza para compartirlo?

/ ¿Dónde encontramos respuesta para solucionar los problemas?

/ ¿Cómo podemos mejorar la comunicación con las personas que tenemos más cerca?

/ ¿Qué podemos hacer para mejorar la comunicación con la comunidad?

Leer y comentar el relato:

A las buenas intenciones, algo les faltó...

Una vez un grupo de médicos de un país lejano decidieron venir a nuestras tierras, todos ellos muy bien intencionados traían bastantes medicinas y muchos conocimientos para curar a la población.

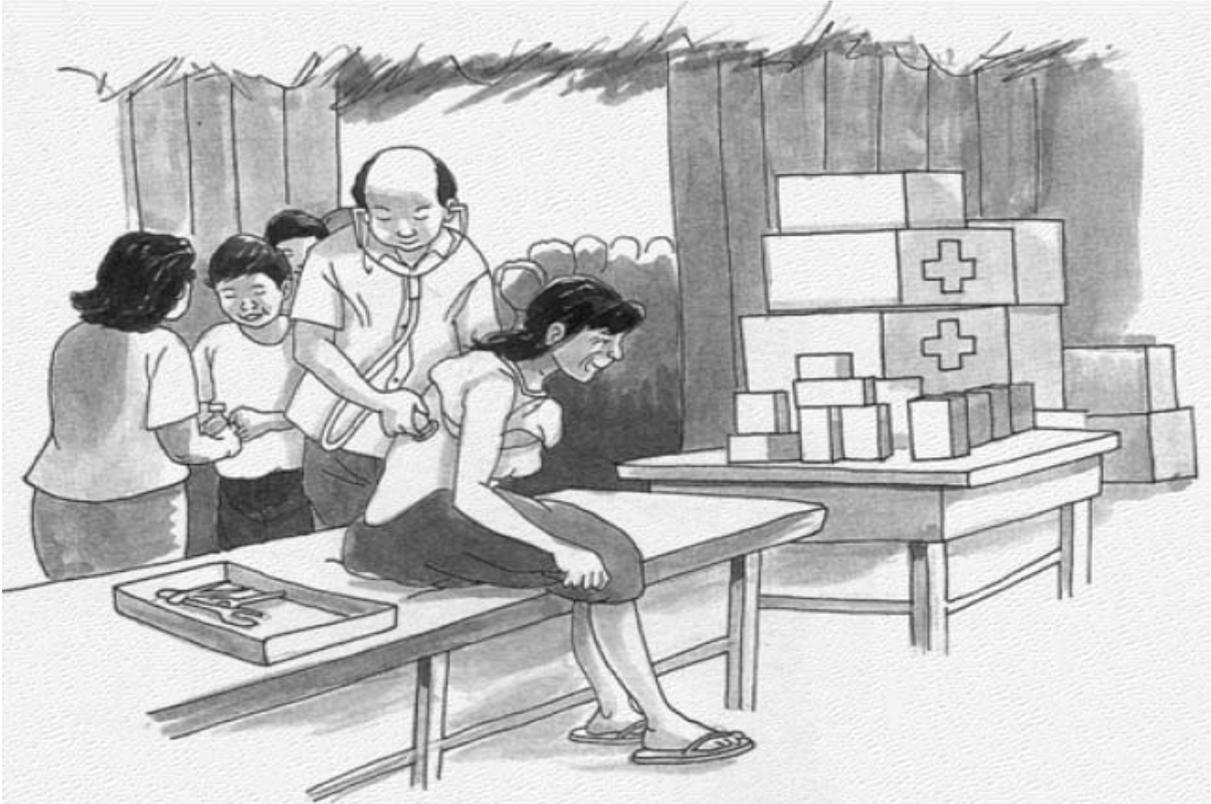


Se ubicaron en la Casa Comunal y se pusieron a esperar a los enfermos. La costumbre del pueblo era la de consultar en nombre del enfermo y en un primer momento no llevarlo, sino que iba el padre, la madre o cualquier otro familiar.



Los médicos muy atentos recibían a los “pacientes”, pero como no entendían nada del idioma, ante la sorpresa de los pobladores, los examinaban minuciosamente y con mucho cariño les daban la medicina que pensaban les ayudaría a los “falsos enfermos”.

Así la madre que fue a consultar sobre las diarreas de su hijo, recibió una pomada para curar los granitos de la piel, otro recibió vitaminas para tratar a su hija que tenía una fuerte tos.



Al final los médicos se fueron muy contentos de haber terminado con las medicinas, pero la comunidad se quedó muy descontenta, pues la pomada no sirvió para las diarreas, ni las vitaminas curaron la tos de la niña.

Este relato nos muestra varios problemas de comunicación:

- El primero es, que por muy buenas intenciones que tengamos, no logramos mucho si no tenemos formas de COMUNICARNOS con las personas.
- Otro problema, tan importante como el anterior, es la necesidad de conocer los verdaderos intereses de las personas y de la comunidad.
- Por último, para comunicarnos no sólo basta escuchar o ser escuchado, sino que es necesario comprendernos e intercambiar nuestras expectativas y experiencias.

Como Joven Promotor de Salud necesito convertirme en un COMUNICADOR, por lo tanto tengo que...

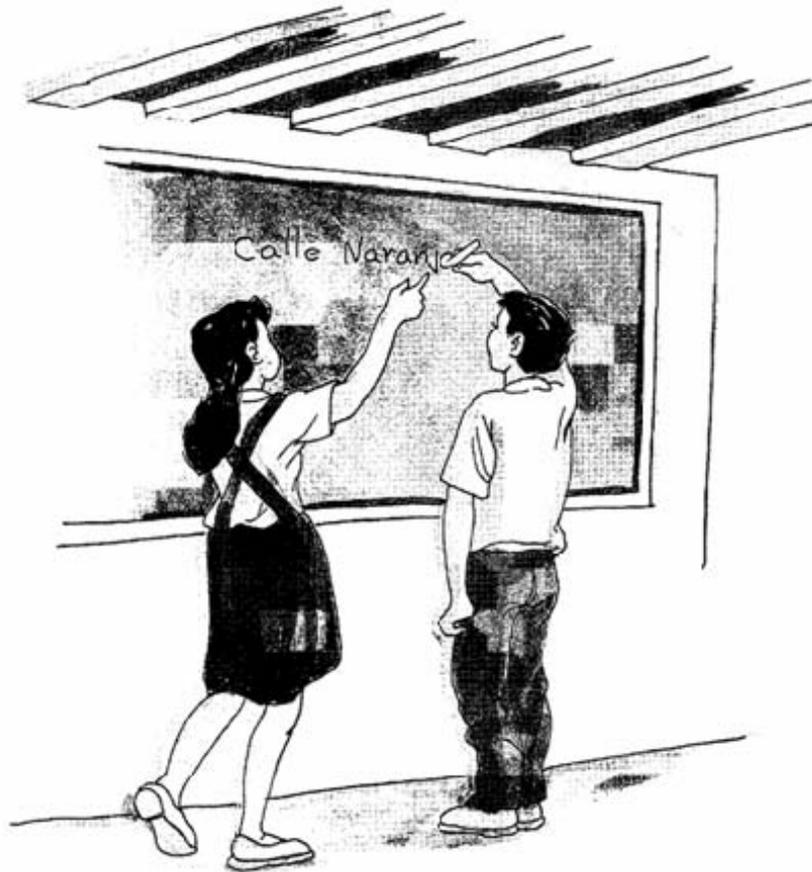


- Escuchar y valorar la palabra del otro. Aprender a escuchar,
- Compartir nuestros conocimientos buscando la participación de todos.
- Averiguar por qué algunas personas se comportan de determinada manera, no juzgar sin antes investigar a fondo los hechos.
- Promover entre todo el diálogo sobre los problemas de salud buscando aclarar las dudas y mirar hacia el futuro.

Podemos realizar un: **“Concurso de Poesía y Canción”**

El tema: **“Cómo deberá ser el Joven Promotor de Salud”**

4 CONOCIENDO LA COMUNIDAD Y SUS PROBLEMAS DE SALUD



Como Joven Promotor de Salud necesitas conocer la comunidad, tener los datos exactos de:

- ¿Cómo es?,
- ¿Cuánta población tiene?,
- ¿Qué enfermedades son más frecuentes?,
- ¿Qué se hace para curar las enfermedades?,
- ¿Qué piensa la comunidad?

Preguntémonos:

¿Qué tanto conozco la comunidad? Para ello vamos a ir respondiendo:

¿Cómo es mi Comunidad?

Entre todos construyamos el croquis de la comunidad. Para eso vamos a repartirnos por comisiones de trabajo; con cartulina, papel, goma, tijeras.

- La primera comisión define el tamaño de la comunidad dibuja el plano y las calles.
- La segunda comisión dibuja y recorta las casas para ir pegando en el plano.



- La tercera comisión dibuja y recorta los locales de las Instituciones que hay en la comunidad, la casa de las autoridades, los pozos, los ríos, los puentes, etc. Tener muy presente que cada comisión tiene que realizar su trabajo coordinando con la otra.

¿Cuánta población hay en la Comunidad?

Los datos de población nos van a ayudar mucho para organizar nuestro trabajo.

Estos datos los pueden dar las autoridades, en la Municipalidad, en el Puesto o Centro de Salud.

Es importante saber el número de:

Hombres: _____

Mujeres: _____

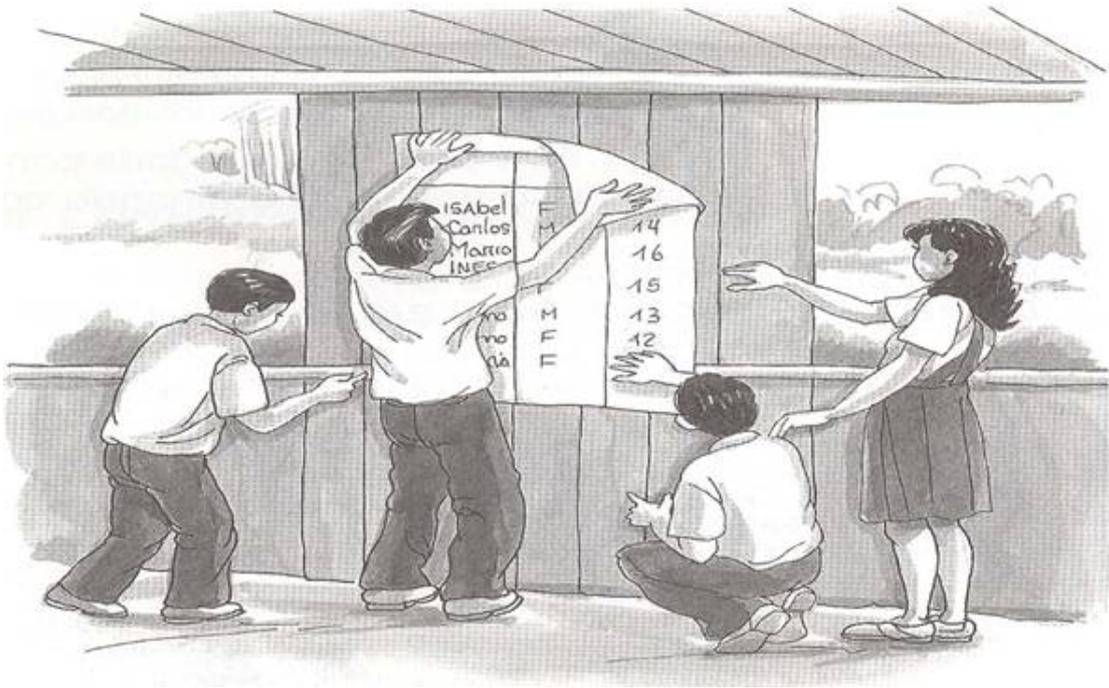
Niños (de 0 a 12 años): _____

Jóvenes (de 13 a 20 años): _____

Adultos (de 21 a 60 años): _____

Ancianos (de 61 a más): _____





Estos datos debemos pegarlos en un lugar visible de nuestro salón y tenerlos muy en cuenta para planificar las actividades de la comunidad.

¿Cuáles son las Enfermedades más frecuentes de la Comunidad?

Podemos formar una comisión que vaya al Puesto o Centro de Salud y averigüe qué enfermedades se atienden:

- | | |
|-----|------------------------------|
| Los | niños de 0 a 5 años: |
| Los | jóvenes de 13 a 20 años: |
| Las | madres menores de 40 años: |
| Los | padres menores de 45 años: |
| Los | ancianos mayores de 61 años: |



Estos datos los vamos a confrontar con los datos que saquemos de nuestra:

Encuesta Familiar



¿Cuántas personas viven en nuestra casa?

¿Qué enfermedades han tenido en los últimos 6 meses?	EDAD del enfermo

Tener presente aquellas enfermedades que por ser tan comunes, no las tenemos en cuenta, como las diarreas, las gripes, los granitos, etc.

Recogemos los datos de todas las familias de los compañeros de salón y hacemos nuestro informe final, comparándolos con los datos obtenidos en el centro de salud.

¿Qué piensa la Comunidad en relación a la Salud?



Muchas veces pensamos que conocemos muy bien a las personas de la comunidad, que sabemos lo que piensan y quieren, pero no es así. Las personas tienen sus propias expectativas y sus intereses, dependiendo de la edad, de la condición social, de su cultura y también del grado de instrucción.

Cuando queremos dar un mensaje o promover algún cambio en la población debemos tener muy presente:

¿Cuáles son las expectativas o intereses que la población tiene respecto al tema?

Por ejemplo: Un mensaje dirigido a las madres de familia deberá ser diferente al que demos para los jóvenes de la comunidad, igualmente si queremos enviar mensajes a los adultos serán diferentes a los mensajes que demos a los niños.

Para conocer a nuestra población tenemos que INVESTIGAR cuáles son sus intereses o expectativas.

Para Investigar debemos seguir los siguientes pasos:

1. Seleccionamos el tema que queremos investigar.

Por ejemplo: ¿Por qué las mamás no acuden al Puesto de Salud?

2. Conocer el objetivo de nuestra investigación.

Saber con claridad el “para qué” nos va a servir la investigación.

En nuestro ejemplo el objetivo será:

Para motivar a la población y especialmente a las madres a que acudan a los servicios de salud.

3. Tener una idea preliminar.

¿Qué es lo que nosotros creemos respecto al tema?

En el ejemplo: Creemos que no acuden a los servicios de salud porque no tienen dinero para pagar la consulta.

4. Veamos a quiénes vamos a investigar escogiendo diversos sectores de la población.

Podrían ser:

- Las madres de los alumnos de la escuela.
- Las madres de las comunidades vecinas.

5. Escogemos la técnica que vamos a utilizar.

Podemos hacer uso de diferentes técnicas de investigación, las utilizadas con más frecuencia son:

- La Entrevista.
- La Encuesta.
- El Grupo Focal.

Cada una de estas técnicas las estudiaremos con mayor detenimiento.

6. Sacar las conclusiones:

Al aplicar las diversas técnicas, obtenemos una serie de información sobre las actitudes y comportamientos.

Para ordenarlos tenemos que ver:

- Las coincidencias que nos permiten afirmar una apreciación.
- Las diversas posiciones que existen frente a un hecho.
- Las diferencias que pueden ser contradictorias, las cuales nos exigen que tengamos que profundizar en la investigación.

Al ordenar la información podemos o no ratificar la apreciación inicial, pero además nos da un mayor conocimiento sobre la población con relación al hecho que estamos investigando.



La Entrevista Personal:

Es una técnica que permite recoger de manera individual la opinión de un promedio de 5 personas representativas de un sector de la población.

Para realizar la entrevista tenemos que llevar un orden de preguntas que nos sirven como guía.

Luego en un ambiente de confianza desarrollaremos la entrevista, teniendo como base la guía de preguntas, pero evitemos en lo posible que nuestra entrevista se convierta en un "INTERROGATORIO".

Cómo hacer la entrevista:

- Primero conocer los conceptos claves e interesantes de la vida del entrevistado, los aspectos de su vida que lo vinculan al tema de nuestra investigación.

En el ejemplo:

Es una madre de familia con niños pequeños que se enferman con frecuencia.

- Hacer sentir al entrevistado que su opinión es muy importante para el trabajo que estamos haciendo.



La opinión que usted nos dará es muy importante porque como madre sabe las necesidades de sus hijos y dónde puede encontrar ayuda.

Luego ya podemos entrar a las preguntas directas que tienen que ver con el tema:

1. Preguntas de carácter general sobre el tema.

Ejemplo: ¿Cuántas veces se han enfermado sus hijos?, ¿de qué se enferman con más frecuencia?, ¿a dónde acude cuando están enfermos?, ¿en qué casos acude al Puesto de Salud?

2. Luego las preguntas de opinión frente al tema.

¿Va con gusto al Puesto de Salud?, sí, no, ¿por qué?,
¿Recibe buena atención?,
¿Qué te gustaría encontrar en el Puesto de Salud?

Para sacar las conclusiones de la entrevista, tenemos que revisar nuestras notas:

- Buscando sacar conclusiones de acuerdo al grupo que hemos entrevistado.
- Agrupando los puntos comunes.
- Encontrando las diferencias.

La dificultad al realizar una entrevista es que necesitamos tomar nota de todos los detalles que nos han dado en la entrevista, y para eso la herramienta necesaria es una grabadora, pero muchas veces no contamos con ella, para eso tenemos que estar atento a todos los puntos importantes que nos señala la persona entrevistada y ser rápidos en anotarlos.

La Encuesta:



Es la técnica que nos permite conocer la opinión de un grupo de la población respecto a diferentes aspectos de un tema.

Por ejemplo:

Sabemos que las diversas opiniones de la población en relación a la utilización de los Servicios de Salud son:

- Sólo se acude en casos de extrema urgencia.
- No acude porque no hay buena atención.
- No hay dinero para pagar la consulta.
- No se trata bien al enfermo.
- Sólo en algunos casos se acude al Puesto.

Se aplica la encuesta considerando los diversos sectores de la población, teniendo en cuenta aquél que es más importante para nuestra investigación.

En nuestro **ejemplo**, los sectores de la población que nos interesan son:

- Las madres de familia jóvenes.
- Las personas mayores.
- Los estudiantes de secundaria.

La encuesta se aplicará con las mismas preguntas para los tres grupos.

Preguntas Generales:

Edad:

¿Ha tenido algún enfermo en los últimos meses?

Sí ____ **No** ____

¿Acude al Puesto o Centro de Salud?

Sí ____ **No** ____

Si la respuesta es "Sí":

¿**En qué casos?**

Si la respuesta es "No":

¿**Por qué no?**

En la encuesta se utilizan preguntas muy cortas, obteniendo una información básica sobre el tema.

Luego se agrupan las respuestas de acuerdo a coincidencias.

Esto nos permite saber:

- El número de personas que piensan de determinada manera
- Qué piensa la mayoría y minoría de personas, de acuerdo a los diversos sectores.

Grupo Focal:



Es una técnica que nos posibilita la conversación y el intercambio de opiniones en torno a un conjunto de temas o de los diferentes aspectos que están contemplados en un tema.

Generalmente se utiliza para confrontar opiniones entre los participantes.



Los participantes corresponden a un determinado grupo de población.

Por ejemplo:

- Los alumnos de 4º y 5º de secundaria.
- Las alumnas mujeres de secundaria.
- Las madres solteras de la comunidad, etc.

Un grupo focal debe ser de 8 a 10 participantes.

Cómo realizarlo:

Presentar anticipadamente el tema de conversación.

Iniciar la reunión con la presentación del tema.

Ejemplo: Vamos a conversar sobre las razones por las cuales no se asiste a los Puestos o Centros de Salud.

Seguimos luego con las preguntas de carácter más informativo:



¿Cuáles son los servicios que nos brindan los Centros o Puestos de Salud?

¿La Comunidad hace uso de esos servicios de salud?

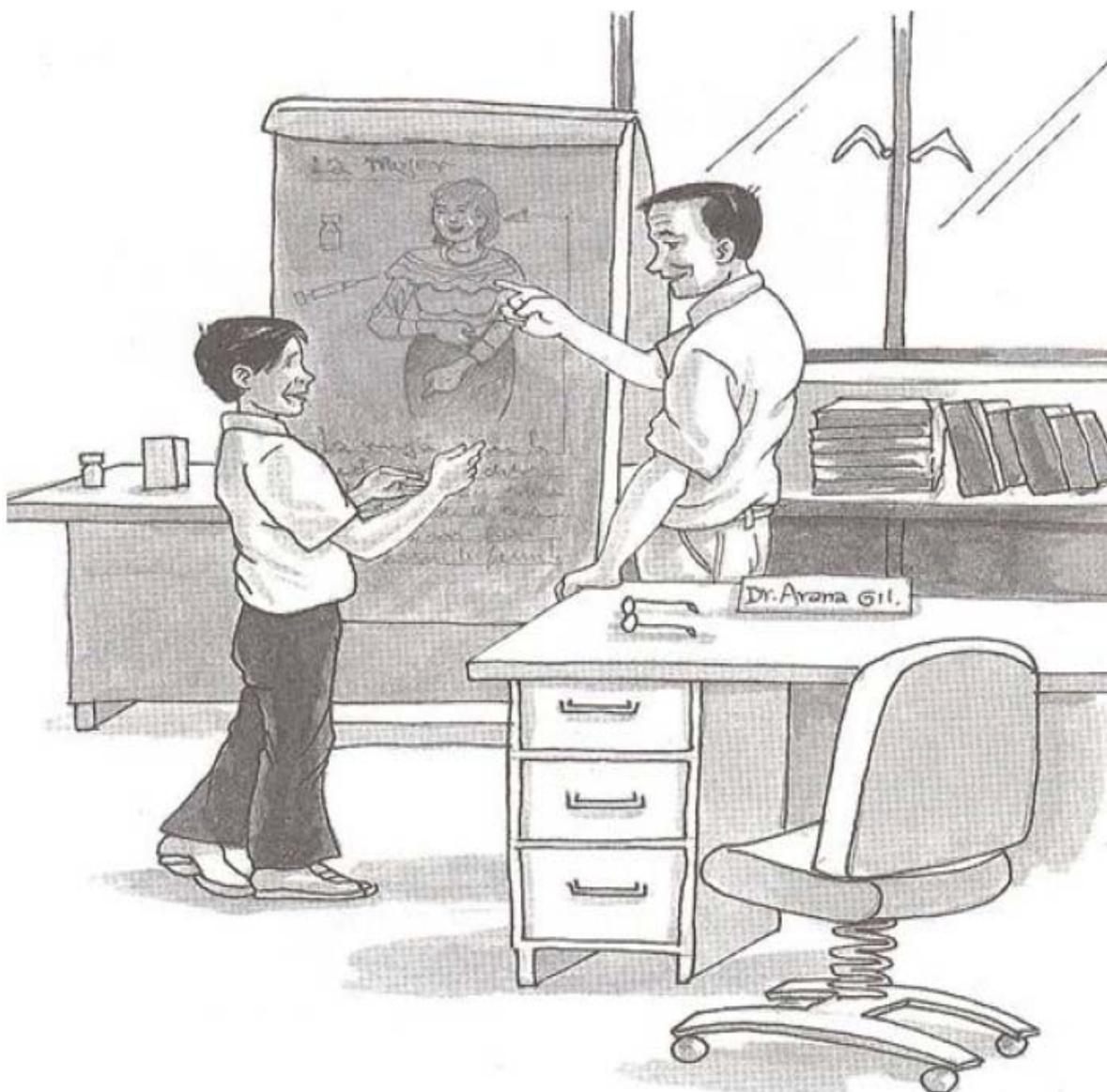
¿Por qué creen que no se utilizan?

Luego vienen las preguntas que tienen que ver con las opiniones más personales.

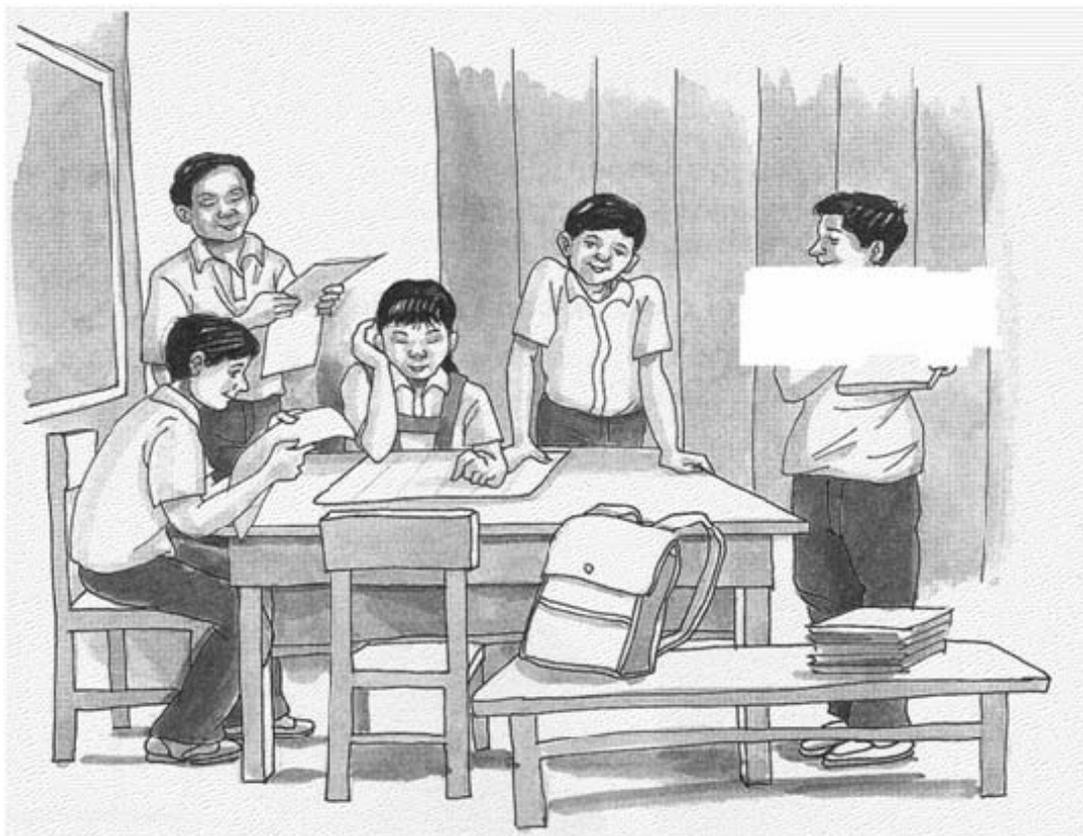
En el caso de cada uno de ustedes:

¿Han acudido a consultar a los Puestos o Centros de Salud?

¿Se acude con confianza?



Para ordenar la información podemos seleccionar:



- Por un lado las coincidencias.
- Luego los puntos de vista particulares.

Estas conclusiones nos permiten tener una idea más clara de lo que piensa la población con relación a un determinado tema.

Por grupos de trabajo, veamos qué cosas nos interesan conocer de la Comunidad y realicemos una Investigación aplicando las técnicas presentadas.

5 LA INFORMACION QUE NECESITO CONOCER Y DIFUNDIR



Para poder dar el siguiente paso, debo tener muy claro los problemas de la Comunidad.

Pero cada problema de salud tiene sus propias características, para eso debemos conocer:

1. ¿Qué problemas de salud tengo en la Comunidad?
2. ¿Quiénes tienen el problema?
3. ¿Quiénes tienen que intervenir en el problema?
4. ¿Qué cosas necesitan saber sobre cada tema?

Vamos entre todos llenando las fichas basadas en los problemas de salud más frecuentes.

La enfermedad:

¿A quiénes afecta más?:

¿Quién se encarga de curar o atender?:

¿Qué necesita saber la persona que cura o atiende?:

Un ejemplo:

La enfermedad: **LAS DIARREAS**

¿A quiénes afecta más?: **A los niños pequeños.**

¿Quién se encarga de curar?: **La mamá del niño.**

¿Qué necesita saber la persona que cura o atiende?:

- **Saber dar el suero casero.**
- **Cómo prevenir la diarrea.**
- **Dónde puede pedir ayuda si se complica.**

Para cada enfermedad más frecuente de la Comunidad, debemos llenar la ficha, informándonos, preguntando a los profesores.

El Joven Promotor debe Investigar e Informar a la Comunidad

6 CREANDO DEBO CUIDAR LA SALUD DE MI COMUNIDAD



El Joven Promotor de Salud debe motivar a que la Comunidad se interese en el cuidado de la salud, para eso deberá ir difundiendo los mensajes que ayuden a mejorar la salud de la población.

***¡Es hora de poner en práctica toda
Tu capacidad creativa!***

Si ya conoces lo que la Comunidad necesita saber para cuidar su salud, tienes que buscar la mejor manera de informar y promover el cambio utilizando técnicas de comunicación que permitan INFORMAR y MOVILIZAR.

Vamos a conocer algunas técnicas.

El Afiche:

La característica básica del afiche es el ser una técnica gráfica que nos permite difundir una sola idea que promueva al cambio, o el informar sobre un determinado hecho o suceso.

Ejemplo:

- Las fechas de la campaña de vacunación.
- El consumo de determinados alimentos.
- Aviso de una fiesta.
- El uso del suero oral, etc.



Los pasos previos para hacer un afiche:

1. Conocer la idea central que nos interesa compartir.
2. Saber a quiénes principalmente voy a dirigir el mensaje (el público objetivo).
3. Conocer qué le interesa o atrae al público del afiche.
4. Seleccionar la imagen que puede atraer el interés.
5. Crear el mensaje principal, resaltando la palabra o la frase que me interesa compartir y que atrae al público objetivo.
6. Identificar mi mensaje secundario, generalmente es el que da las ideas complementarias para concretar la realización de la acción.

La realización del afiche:

- a. Definir el tamaño del afiche.
- b. La imagen se ubica en la parte del centro hacia arriba del afiche.
- c. Ubicar el mensaje principal en la parte superior del afiche, resaltando la palabra o frase que interesa difundir.
- d. El mensaje secundario se ubica en la parte inferior, recordar qué es lo que me interesa que quede en la memoria del público.

Realiza un afiche de acuerdo al procedimiento indicado y ubícalo en el salón o en los pasillos del colegio.

La Lámina:



Es una técnica de muy fácil manejo, sobre todo cuando vamos a desarrollar una charla o una exposición. A diferencia del afiche permite exponer varias ideas, de manera ordenada.

En la lámina podemos exponer:

- La situación problemática.
- Los contenidos que nos interesan compartir.
- Las acciones que queremos difundir.

El orden de la lámina también está determinado por los pasos que vamos a seguir en nuestra exposición.

Por ejemplo:

Si la lámina es para explicar cómo es el procedimiento para preparar el suero casero, lo primero que tenemos que ubicar en la lámina son los ingredientes necesarios para preparar el suero. Y quizás terminar la lámina con el cuidado en el consumo del suero.

Existen muchas láminas cuyo diseño es más complejo, sobre todo cuando además de utilizarlas como apoyo a las charlas podemos utilizarlas como afiche.

A modo de práctica:

- Busquemos, entre el material que tenemos en la escuela las diversas láminas que existen y hagamos prácticas de cómo podemos utilizarlas.
- Hagamos una lámina sobre un tema de salud.

El sociodrama:



Es una técnica de actuación que nos permite representar algún hecho o situación de nuestra vida real, y que después podemos analizar para sacar conclusiones o recomendaciones

Para preparar un sociodrama seguiremos tres pasos:

1. Escogemos un tema: Debemos tener muy claro el tema que vamos a presentar y por qué lo vamos a hacer.

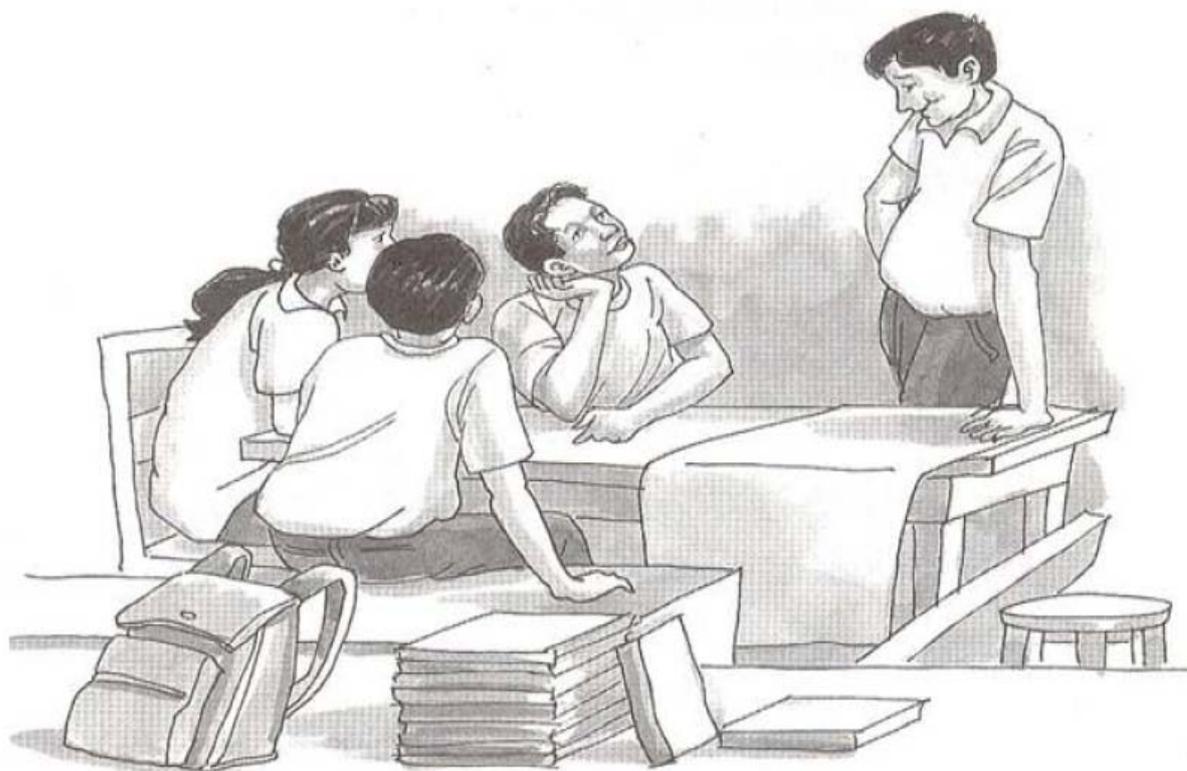
2. Conversamos sobre el tema: Dialogamos sobre lo que conocemos del tema, cómo lo vivimos, cómo lo entendemos.

3. Hacemos la historia o argumento: En este paso ordenamos todos los hechos o situaciones que hemos dicho:

- a. Para saber cómo vamos a actuar.
- b. En qué orden van los distintos hechos.
- c. Ver los distintos personajes de la historia.
- d. Distribuir los personajes.
- e. Ver en qué momento tiene que actuar cada uno.

Una vez hecha la historia es bueno hacer un pequeño ensayo, y ya estamos listos para presentar el sociodrama y discutir el tema que queremos.

7 POR SER JOVEN, TENGO QUE ACTUAR



Llega la hora de que pongamos en común todo lo aprendido.

A partir de los problemas de salud que hay en la Comunidad tenemos que:

- Compartir la información necesaria.
- Convocar a todos los responsables de la salud de la Comunidad y
- Empezar las acciones que necesitamos para cambiar los problemas.

¡Tenemos que organizar una CAMPAÑA para defender la salud!

¿Qué es una CAMPAÑA?

Es una jornada para movilizar a toda la población con un mismo fin.

¿Qué se espera de una campaña de salud?

Una campaña de salud busca involucrar a toda la población, desde los cuidados en la familia, hasta la participación de las instituciones públicas o privadas.

¿Cómo se logra hacer una campaña?

Para hacer una campaña tenemos que sensibilizar a la población a través de todos los medios posibles (radio, TV, volantes, afiches, charlas, etc.), para que asuma un determinado cambio de actitud que busque mejorar las condiciones de vida.

Debemos tener presente que:

- Una campaña debe llegar a muchos a la vez.
- Los mensajes deben provocar respuestas de la población.
- Se deben utilizar las formas de comunicación que la población tiene.

¿Cuáles son los pasos para hacer una campaña?



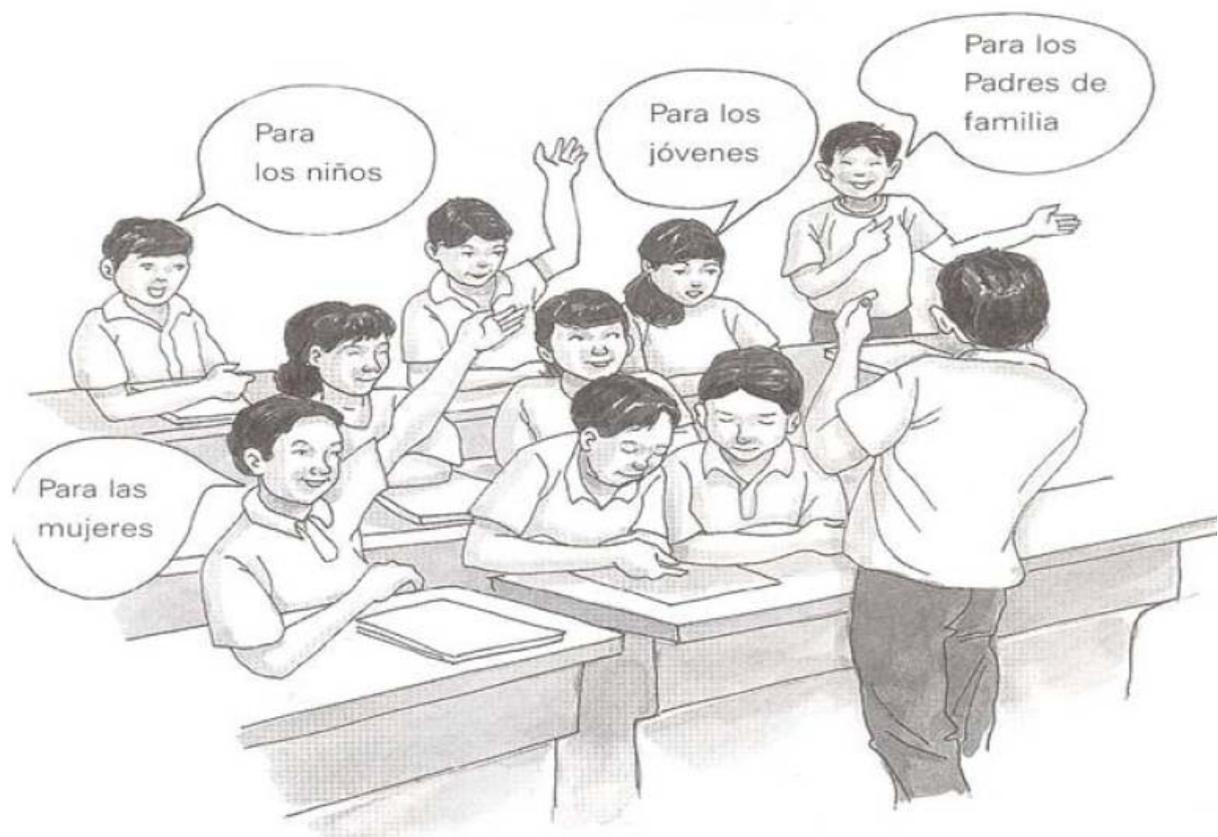
1. Definir a qué sector de la población vamos a dirigir nuestra campaña, frecuentemente le llamamos “público objetivo” de la campaña: Son las personas que de manera directa tienen que ver con la campaña que estamos impulsando.

Por ejemplo:

Si nuestra campaña está pensada para la utilización de Sales de Rehidratación Oral (SRO), debemos pensar que nuestro público objetivo serán las madres de familia que tienen hijos pequeños.

También debemos definir si nuestra campaña se piensa para las madres de la ciudad o madres de las comunidades o, tal vez, madres de las comunidades nativas.

2. Conocimiento de lo que piensa y quiere el sector al cual vamos a dirigir nuestra campaña, Debemos conocer sus comportamientos (hábitos, costumbres), sus creencias, sus opiniones. Para eso tendremos que realizar una investigación (ver tema IV).



3. Definir los pasos que vamos a seguir en la campaña. Con las campañas, lo que buscamos es que se produzcan cambios, éstos no van a ser fáciles de lograr con una sola intervención, por eso es necesario ir precisando qué queremos lograr en cada paso.

a. Lo primero que tenemos que hacer es saber con claridad qué queremos lograr con toda nuestra campaña.

Ejemplo: Que las madres utilicen las SRO en casos de diarreas.

b. Definir por dónde vamos a empezar, cuál es el conocimiento o la experiencia que ya se tiene frente al tema.

Las madres saben de la existencia de las SRO, pero no las utilizan, desconfían de su utilidad.

c. Luego vamos viendo paso a paso lo que quiero alcanzar.

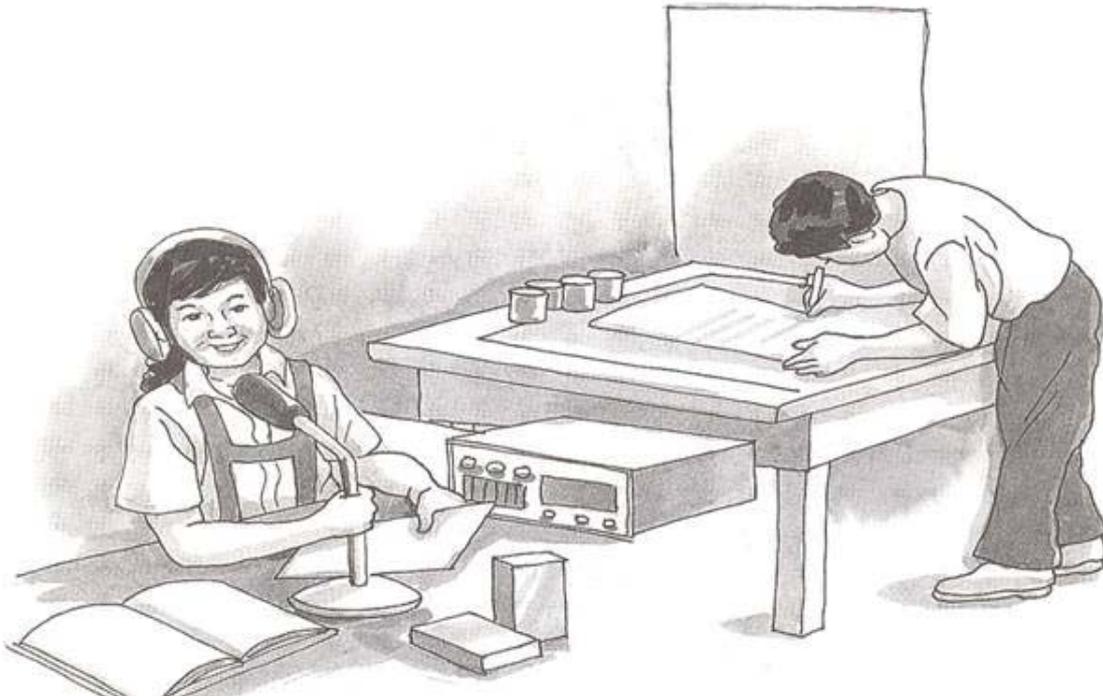
En el ejemplo:

- Primer paso, será hacer que las madres sepan las consecuencias que pueden tener sus hijos si no los cuidan en casos de diarreas.
- Segundo paso, conocer cómo funciona el cuerpo del niño ante una diarrea.
- Tercer paso, saber la utilidad de las SRO.
- Cuarto paso, difundir los lugares en que se distribuyen las SAO.
- Quinto paso, conocer cómo es el tratamiento adecuado de las SAO.

Como vemos, estos objetivos dependerán del conocimiento que tengamos de nuestro público.

4. Producir los mensajes de nuestra campaña:

De acuerdo a las características de nuestro público, de su comportamiento y de lo que queremos lograr. Debemos elaborar mensajes a través de frases que motiven para que se produzca el cambio que estamos deseando.



Tener presente que:

“Importa no sólo qué se dice, sino cómo se dice”.

Es importante que antes de lanzar una campaña probemos si realmente el mensaje o los mensajes logran sus propósitos.

Para ello podemos preguntar a personas del sector al cual dirigimos nuestra campaña, para ver si realmente son mensajes que motivan o no.

5. Seleccionar los medios de difusión.

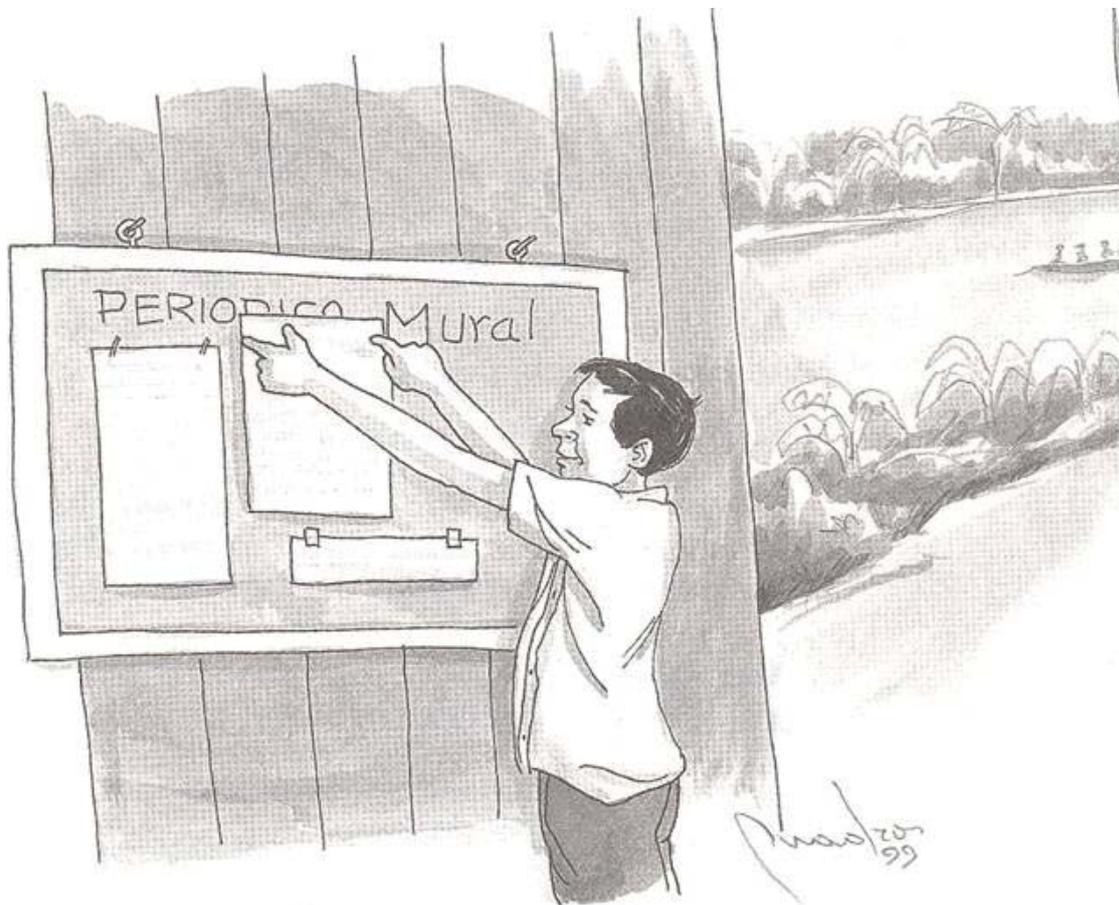
En una campaña los mensajes tienen que buscar la manera de llegar por todos los medios al público al que estamos dirigiéndonos.

Para ello debemos saber qué medios existen, qué medios llegan más y con cuáles podemos contar.

Las personas utilizan los medios masivos como es la radio y la TV. Los medios inter-personales, como puede ser una charla, un sociodrama, los medios de persona a persona, en el mercado, en el barrio, etc.

Cada uno de esos medios van contribuyendo a que las personas se informen y tomen una decisión, por lo tanto, debemos ver formas de poder llegar a utilizar de manera integrada todos los medios que estén a nuestro alcance:

- Podemos utilizar la radio mediante publicidad de pequeños “Spots” que difundan nuestro mensaje.
- Podemos hacer periódicos murales en los mercados.



- Afiches en los lugares más concurridos.
- Coordinar con las autoridades para pequeñas charlas utilizando láminas en las reuniones comunales.
- Charlas de los profesores en las asambleas de padres de familia.
- Podemos promover actividades para que los vecinos hablen sobre el tema, mediante concursos, tareas a los escolares, desfiles, etc.
- Podemos hacer uso de volantes.
- Hacer sociodramas en los lugares públicos, como la plaza o el mercado.

Debemos tener presente que cuando hablamos de campaña tenemos que utilizar las diversas formas de comunicación que se dan en la comunidad, no es posible limitarnos a una sola acción.

6. Evaluar constantemente la campaña:

Debemos ir viendo frecuentemente, si las actividades propuestas se están llevando a cabo.

Saber si se está llegando a los resultados esperados, si el público a quien nos dirigimos se siente involucrado.

En caso de que no esté produciendo el efecto deseado, tendremos que pensar en variar nuestras medidas. Debemos tener muy en cuenta que, para que la campaña logre sus propósitos, debemos coordinar con todas las personas que tienen que ver con la salud y además crear las condiciones para que las personas encuentren las facilidades para realizar el cambio deseado.

Por ejemplo: Si estamos difundiendo la utilización del SRO, debemos tener la seguridad de que existen los puestos de distribución y que hay adecuada atención.

**Entre Todos podemos Planificar una *Campaña*.
¡Manos a la obra!**

BIBLIOGRAFÍA CONSULTADA:

ALFORJA, Técnicas Participativas de la Educación Popular.

CALANDRIA, “Lo que todo dirigente debe saber” Folletos 1 y 2.

LA PIZARRA, Revista de Comunicador Práctico, #16 y #24.

SALAZAR, María Cristina, Investigación Acción Participativa.

TAREA, “Serie Aprendemos haciendo” .Creando Historietas.

VELEZ Q. Jorge, Una experiencia de Educación en Salud.