

## LA EDUCACION PARA LA SALUD EN LA ESCUELA INFANTIL. LOS PADRES, AGENTES DE SALUD.

María Dolores González Carrión  
Pedro Pablo Rodríguez de Guzmán Acevedo

La Educación para la Salud desde la Escuela, empieza a despuntarse como una de las cuestiones fundamentales en aras a conseguir, en toda Comunidad, una actitud saludable en el individuo así como hacia el medio que le rodea.

Pensamos que en ésta, como en otras tantas cuestiones de la formación del individuo, es de vital importancia comenzar a temprana edad, ya que, son las tempranas etapas de la vida el momento receptivo idóneo para incorporar unos hábitos de salud cuando todavía no se han podido adquirir formas de comportamiento insanas, es decir, se trataría más bien, no de conseguir "cambios" de actitudes y hábitos no sanos, sino de "crear" éstos de forma saludable.

Estos hábitos irían fundamentalmente referidos a temas tales como la Actividad Física, Psicomotricidad, Ritmo de actividad-descanso, Higiene, Alimentación y Juego.

Se ha dicho que el maestro es el principal agente de la salud en la escuela. A él compete la programación de las actividades encaminadas a la consecución de dichos hábitos saludables. Sin embargo, creemos que resultaría inútil la mencionada labor si al mismo tiempo, en el hogar, los padres caminaran por rumbos bien distintos, al ser ellos, en última instancia los que confeccionan la dieta, marcan el ritmo de actividad-sueño, etc., por lo que sería imposible que la escuela resulte eficaz si el ambiente que la rodea es desfavorable a una vida sana.

En resumidas cuentas, creemos que, sobre todo en estas edades, son los padres los verdaderos agentes de la salud de sus hijos, siendo necesaria además una conexión Familia-Escuela Infantil para el desarrollo óptimo de estos menesteres.

Tal vez resulte la Escuela de Padres, en este sentido, el medio más eficaz para cumplir el objetivo de educar en salud.

LA EDUCACION PARA LA SALUD EN LA ESCUELA INFANTIL.  
LOS PADRES, AGENTES DE SALUD.

Actualmente, el concepto que de Salud se tiene, desborda los tradicionales presupuestos, entendiéndose ya no ya como la mera ausencia de enfermedad, sino como la capacidad de desarrollar el propio potencial personal y de responder de forma positiva a los retos del ambiente.

La Promoción de la Salud, puede definirse como el proceso de capacitar a los individuos y a las comunidades para que aumenten el control sobre los determinantes de la salud y, por lo tanto, mejoren ésta; lo que incluye una intervención individual y sobre el entorno. Resulta pues evidente, que los recursos básicos para la salud lo constituyan los ingresos, la vivienda y la alimentación. Pero además, supone también el disponer de información y habilidades personales que deben ser transmitidas y educadas, por lo que en este sentido, la Educación para la Salud sería "cualquier combinación de actividades de información y educación en la que la gente desee estar sana, sepa cómo alcanzar la salud y busque ayuda cuando la necesite".

Por ello, el centro docente no es sólo un lugar muy idóneo para llevar a cabo actividades de Educación para la Salud, sino que todo él en su conjunto debería promover la salud y prevenir la enfermedad, y a ello puede contribuir, además de muchos factores, la colaboración entre padres y educadores.

Pensamos que en esta, como en otras tantas cuestiones de la formación del individuo, es de vital importancia comenzar a temprana edad, ya que, son las primeras etapas de la vida el momento receptivo idóneo para incorporar unos hábitos de salud cuando todavía no se han podido adquirir formas de comportamiento insanas, es decir, se trataría más bien, no de conseguir "cambios" de actitudes y hábitos más sanos, sino de "crear" éstos de forma saludable.

En este sentido, nos plantearíamos unos objetivos muy generales para desarrollar un plan de Educación para la Salud en la Escuela Infantil, como serían:

- Desarrollo y potenciación de las capacidades motoras y perceptivas.
- Adquisición de hábitos de higiene personal saludables.
- Aprendizaje de la autorregulación y control de las necesidades fisiológicas de una manera sana y, al tiempo, adecuada a nuestra cultura (comida, evacuaciones, sueño...).
- Desarrollo psicológico armónico, atendiendo tanto a los aspectos cognoscitivos como a los afectivos.
- Establecimiento de unas relaciones interpersonales (niños/padres/educadores) creativas, libres, comunicativas y, en definitiva, sanas.
- Comprensión e integración de las diferencias individuales.

Estos objetivos, que han sido expuestos de una forma muy general, como anteriormente señalamos, pueden quedar claramente definidos y especificados a través de un auténtico programa de Educación para la Salud en la Escuela Infantil.

Si nos atenemos a la propuesta de E.S. en los centros docentes, elaborada en 1.986 por las Consejerías de Educación y de la Salud de la Junta de Andalucía, entre los contenidos sugeridos creemos que los que nos interesarían serían fundamentalmente los siguientes: actividad física, higiene, ritmo de actividad-descanso, psicomotricidad, alimentación, juego. Todo ello, como es lógico, se halla englobado en un único concepto de salud, porque la vida del niño forma una unidad y vivencia la realidad de forma globalizada.

Dentro de estos parámetros, las actividades educativas a desarrollar en la Escuela Infantil serían, en gran medida, actividades de la vida cotidiana.

El juego es la principal actividad del niño a estas edades y constituye el medio para el aprendizaje de las demás áreas. El juego, incluye además de percepción y movimiento, el conocimiento de los objetos y la motivación hacia ellos. Por lo demás, significa la imitación de los adultos y compañeros, lo que conlleva el conocimiento y manejo de roles, símbolos, etc., que juegan un papel tan destacado en el desarrollo cognitivo, afectivo y social de la personalidad del niño.

Se ha dicho que el maestro es el principal agente de la salud en la escuela. A él compete la programación de las actividades encaminadas a la consecución de dichos hábitos saludables. Sin embargo, creemos que resultaría inútil la mencionada labor si al mismo tiempo, en el hogar, los padres caminaran por rumbos bien distintos, al ser ellos, en última instancia, los que confeccionan la dieta, marcan el ritmo de actividad-sueño, etc., por lo que sería imposible que la escuela resulte eficaz si el ambiente que le rodea es desfavorable a una vida sana.

Por lo tanto, deben ser los padres los primeros en tomar conciencia del papel tan importante que juegan en el desarrollo saludable de sus hijos, por lo que resulta necesario:

- Recibir información sobre cuestiones de salud.
- Fomentar la creación y/o cambio de actitudes en este sentido.
- Intentar, consecuentemente, producir un cambio del comportamiento.

La Escuela de Padres es un medio de prevención en salud, un espacio de convivencia en el que, a través de una dinámica grupal dirigida, fundamentalmente a padres de alumnos, por un animador, se pretende intercambiar experiencias, informes y formas hábiles y costumbres que ayuden a los padres a ser auténticas

personas adultas lo bastante capaces y responsables como para servir de modelo digno y conducir adecuadamente a sus hijos en crecimiento.

Por lo tanto, la Escuela de Padres reúne unas condiciones idóneas para que resulte más eficaz la información de educación para la salud, se complemente con la recibida por sus hijos y pueda efectuarse un trasvase a toda la comunidad.

La información debe ser veraz, completa, clara y comprensible. Deberá proporcionar buenas razones que inciten a la modificación del comportamiento. Habrá que tener en cuenta la fuente de información (a determinados personajes se les presta más atención que a otros), de ahí la importancia de un buen "modelo". Y, por último, deberá proporcionarse repetidamente y a través del mayor número de fuentes posibles, logrando un continuo refuerzo del mensaje.

Vemos, pues, que no sólo hace falta para educar en comportamientos de salud con dar la información a los niños y a los adultos (peor aún si la reciben por separado, y aquí es de resaltar el importante papel que puede cumplir la Escuela de Padres en la evitación de "dobles mensajes"). Hace falta que esa comunicación a distintos niveles, se efectúe de forma persuasiva, contando con la realidad social concreta de la comunidad en la que esté situado el centro e intentando crear fuertes motivaciones para atraer la atención hacia algo que, en muchos casos, no se le presta demasiada atención.

Podríamos sintetizar que la labor a desarrollar en la Escuela de Padres sobre la Educación para la Salud en la Escuela Infantil, sería la siguiente:

- Abordar las posibles dudas que puedan aparecer respecto a problemas concretos de salud y desarrollo físico de sus hijos.
- Transmitir normas de higiene respecto a temas generales de importancia en esta fundamental etapa de la vida.

- Aportar datos para que los padres puedan interpretar sin alarmas y sin dejación los primeros momentos en la evolución psicológica de los niños.
- Llamar la atención sobre determinadas actitudes de los padres que puedan incidir de manera importante en la estructuración de la personalidad y conducta de sus hijos.
- Hacer comprensible a los padres la fundamentación psicológica de la organización y dinámica de las Escuelas Infantiles, así como ofrecer datos de análisis para que los padres puedan adoptar posturas sanas ante el hecho de llevar al niño a la escuela.

En resumidas cuentas, creemos que, sobre todo en estas edades, son los padres los verdaderos agentes de la salud de sus hijos, siendo necesaria además una conexión Familia-Escuela Infantil para el desarrollo óptimo de estos menesteres.

Tal vez resulte la Escuela de Padres, en este sentido, el medio más eficaz para cumplir el objetivo de educar en salud.