

“Las aventuras de Dulce Clarita”

Construcción de un mundo saludable posible a partir de los niños

Dr. Víctor Ríos Cortázar

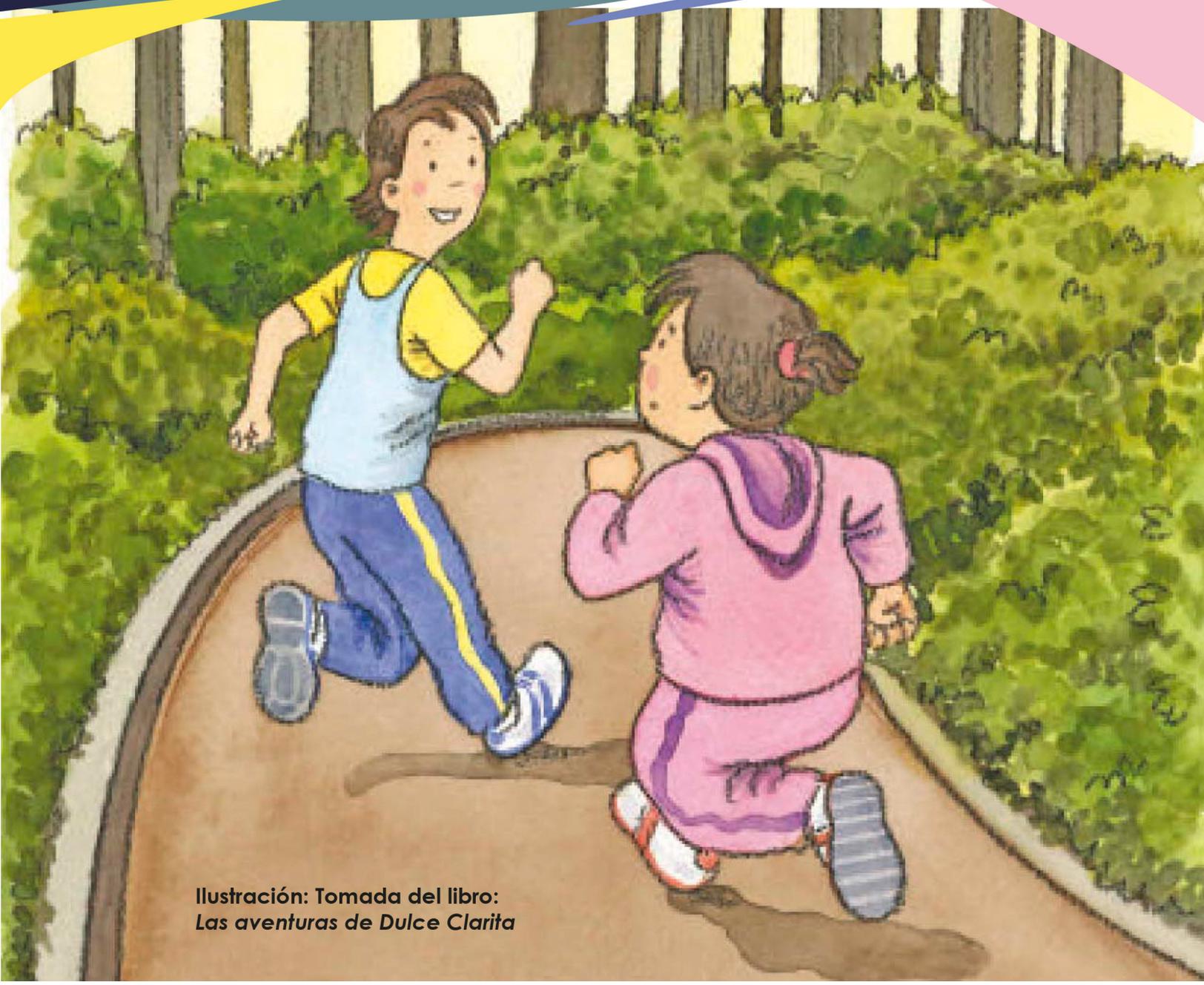


Ilustración: Tomada del libro:
Las aventuras de Dulce Clarita

Desde hace varios años estoy al frente de la Coordinación de Primer Nivel y Salud Comunitaria de la [División de Ciencias Biológicas y de la Salud](#). Básicamente buscamos desarrollar el campo de la Promoción de la Salud y nos hemos ido introduciendo en las distintas áreas que normalmente se abordan desde ella.

La Promoción de la Salud tiene 5 grandes prioridades: políticas públicas saludables, construcción de entornos saludables, fortalecer la acción comunitaria, desarrollo de habilidades personales y reorientar los servicios de salud.

Tomándolas como guía desarrollamos modelos y proyectos específicos, se diseñan iniciativas y propuestas que puedan ser replicables o escalables. Hemos tenido participación en asuntos concernientes a la alimentación y la prevención del sobrepeso y la obesidad, como el actual etiquetado frontal de alimentos, por citar el más reciente.

Con respecto a las enfermedades crónicas tenemos un modelo de atención que está funcionando muy bien en colaboración con la [Secretaría de Salud de la Ciudad de México](#). Den-

tro del modelo estamos trabajando algunos proyectos que giran en torno a promover los procesos de organización y participación comunitaria, de las personas alrededor de la salud, es el punto medular y clave.



DR. VÍCTOR RÍOS CORTÁZAR
FOTO: VICENTE CUAUHTONAL GALLEGOS MEZA

Un objetivo importante es crear ambientes que favorezcan la salud, aquí se ubica el modelo de Escuela Promotora de Salud (EPS) y en ese contexto nace la historia de Las Aventuras de Dulce Clarita.

“LAS AVENTURAS DE DULCE CLARITA”. La Escuela Promotora de Salud es una iniciativa que ha promovido la Organización Mundial de la Salud

1. VÍCTOR RÍOS CORTÁZAR ES LICENCIADO EN MEDICINA POR LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA, DOCTOR EN SALUD COLECTIVA POR LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA, PROFESOR INVESTIGADOR ADSCRITO AL DEPARTAMENTO DE ATENCIÓN A LA SALUD DE LA DIVISIÓN DE CIENCIAS BIOLÓGICAS Y DE LA SALUD.

(OMS) como la escuela que constantemente está fortaleciendo su capacidad para constituirse en un entorno saludable para la vida, el aprendizaje y el trabajo. De acuerdo con la evidencia científica disponible, las iniciativas de salud en entornos escolares que mejores resultados dan son aquellas que tienen las características de esa iniciativa, particularmente el abordaje integral, holístico de la salud, su duración prolongada, el involucramiento de toda la comunidad escolar y, en el caso de la escuela primaria, la más amplia participación de niñas y niños.

En nuestro caso, diseñamos un modelo de EPS sustentado en el Enfoque de Capacidades de [Amartya Sen](#), según el cual la escuela puede desarrollar las capacidades de sus alumnos para que tomen buenas decisiones autónomas, que es una condición para la adopción de conductas saludables.

Dentro de la estrategia anterior, “Las Aventuras de Dulce Clarita” es una obra resultado de la colaboración entre el equipo de nuestra

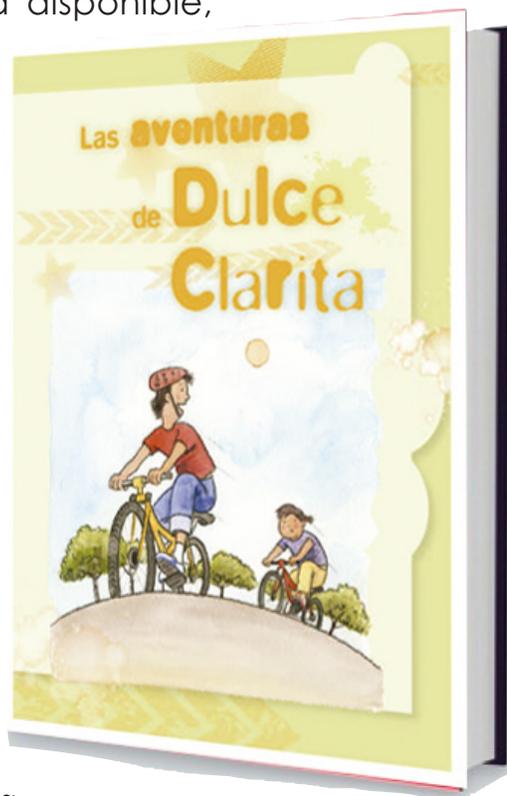
Coordinación de Primer Nivel y Salud Comunitaria, profesores investigadores del Departamento de Atención a la Salud y el [Centro de Investigación en Nutrición y Salud del Instituto](#)

[Nacional de Salud Pública](#) (INSP). En 2010 tuvimos un primer tiraje del libro.

Este libro es resultado de utilizar la narrativa como una estrategia para la promoción de la salud, entendida como una de las formas a través de las cuales las personas organizamos y negociamos la comprensión del mundo.

Dentro de la obra de Dulce Clarita, las niñas y los niños a través de la narración construyen y

dan cuenta de su vida en el entorno escolar y de lo que en él reconocen como favorable para su salud, así como de aquello que puede ser transformado para que lo sea; es vislumbrar los “mundos posibles” que refiere Jerome Bruner, de quien tomamos esta idea de narrativa. La estrategia consiste en reemplazar el método tradicional educativo que les dice a los niños y niñas cómo cuidarse, cómo prevenir enfermedades, qué deben hacer para lograr una vida saludable



por otro con un diseño metodológico propio de la Investigación Acción Participativa, en el que se adecuó e integró un método participativo de planeación-acción-evaluación, con un modelo de aprendizaje grupal y colaborativo, haciendo que la población escolar construya y exponga relatos a través de los cuales vamos encontrando aquello que para ellos es valioso o puede representar un conflicto y las posibilidades de respuesta a lo que vislumbran como un problema, porque cuando eso sucede se tiene también un horizonte de acción.

Es un proceso que busca que el relato sea la vivencia, la experiencia de las niñas y niños, pero además la construcción colectiva de esta experiencia. Son dos dimensiones las que se trabajan: el desarrollo de capacidades individuales y también de capacidades colectivas, no reductibles a las primeras; cómo, de forma colectiva, podemos hacer que la escuela sea un lugar que promueve la salud.



El trabajo de campo en concreto, para el caso de Las Aventuras de Dulce Clarita, se realizó en dos escuelas, una pública y una privada de la Ciudad de México. Hicimos bocetos de figuras de niños y niñas, uno con rasgos de sobrepeso u obesidad y otra sin ellos. Aleatoriamente les entregamos a los niños y niñas de cuarto, quinto y sexto grado una de las figuras con la petición de que escribieran la historia de ese niño o niña. El

resultado fue alrededor de 300 relatos de lo sucedido a cada niño representado en la figura. Complementariamente, en Morelos, el equipo de investigadores del INSP estaba trabajando algo similar y ya se contaba con el referente de lo que sucedía en ese entorno, para comparar con lo que sucedía en la Ciudad de México.

Con los relatos obtenidos hicimos un análisis cualitativo de contenido, lo que nos dio la perspectiva de la población infantil acerca de la alimentación y en particular del sobrepeso y la obesidad. Posteriormente, los resultados del análisis cualitativo de contenido los “tradujimos” en el relato que cuenta las aventuras de

Dulce Clarita y de cómo vive cotidianamente el hecho de que ella tiene sobrepeso u obesidad. Lo presentamos a otros niños que retroalimentaron el trabajo y lo calificaron a través de palabras y símbolos (como caritas sonrientes si el texto les gustaba). Con base en sus observaciones, reescribimos el texto y repetimos el proceso anterior hasta que se fue depurando la historia de Dulce a partir de ellos mismos.

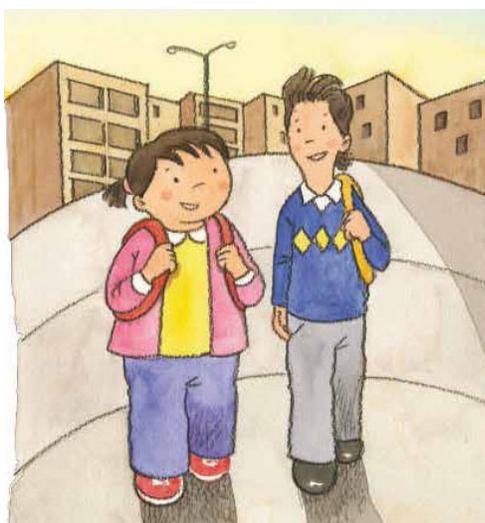
Conseguimos la participación de Alfredo Bazán, un ilustrador excelente, quien leyó el relato y sugirió las ilustraciones que valían la pena. Hicimos el primer tiraje con el INSP y se agotó rápidamente; posteriormente se hizo una segunda reimpresión a la que se agregó un nuevo prólogo de Mauricio Hernández, entonces director del INSP y luego se tuvo una tercera reimpresión.

Hace algunos meses la [Secretaría de Educación Pública](#) (SEP) abrió una nueva asignatura para la educación básica llamada Vida saludable e hizo una convocatoria para presentar material didáctico que apoyara dicha asignatura. A través del INSP, propusimos el libro que fue aceptado a través de un proceso de dictami-

nación. Atendimos las sugerencias de los revisores y de ciertas recomendaciones hechas por la SEP.

POTENCIALIDADES DE LAS NIÑAS Y LOS NIÑOS EN EDAD ESCOLAR

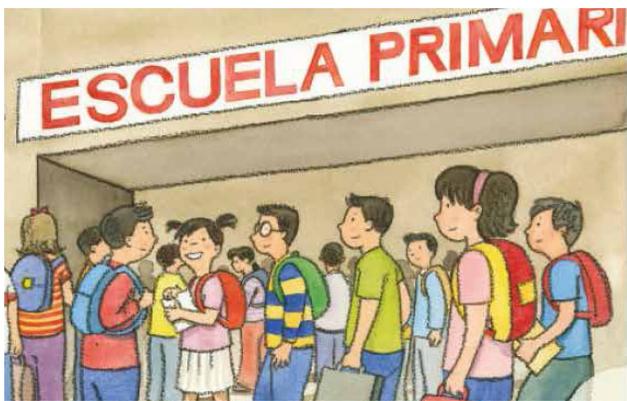
Trabajar con las niñas y con los niños, además de ser muy divertido, no deja de ser sorprendente, entre otras cosas



por la claridad y la precisión de sus ideas, la valoración que hacen de los entornos en los cuales se desenvuelven y de las propuestas de acción que generan; en este sentido se puede decir que hay en ellas y en ellos mucha sabiduría. Una de las pre-

misas del modelo de EPS que hemos desarrollado es que jamás les decimos qué deben hacer o cómo deben alimentarse; esto es más bien producto de la valoración colectiva y de las propuestas de acción, individuales y colectivas, que resultan del proceso. Más que saber en términos de la información que tienen, es la visión y la explicación que tienen del problema, su mirada y las salidas que le dan.

En este proceso de deliberación colectiva nosotros aportamos la parte



que nos corresponde, como el acompañamiento y la sistematización, proveer información, un poco de instrumentación teórica para complementar la narración y el cuento. La realidad es una historia que se narra. La salud es una narración y como en todo relato hay un nudo de la historia donde todo se complica y enreda, pero al final se encuentra un desenlace. Este desenlace también es construido por la población infantil. Frente a la realidad del sobrepeso y la obesidad que vivimos en México, ese grupo de niñas y de niños, o quien lee el libro para volver a Dulce Clarita, reconstruye el proceso de principio a fin. Por ejemplo, en los relatos que recibimos de algunas niñas, de algunos niños, su protagonista fallece porque se complicó su obesidad y no se pudo hacer nada; sin embargo, también hubo otros relatos que se resolvieron de manera totalmente diferente: encontraron opciones, posibilidades de ayuda de diferentes personas o grupos de su entorno social,

empezando por sus propias familias. Ambas perspectivas son importantes porque por un lado dejan ver las dificultades que perciben y por otro aportan alternativas generadas por ellas y ellos; son los mundos posibles a los que nos referimos antes. Lo que nosotros queremos trabajar con la población infantil es eso, el mundo posible que vislumbran y en tanto tal, proponemos: vamos por él precisamente porque es posible, no es una utopía en sentido contemplativo, es real la posibilidad de construir una vida saludable.

Nos admira y sorprende lo que las niñas y los niños perciben y valoran acerca de conceptos como el apoyo, la convivencia y la solidaridad, entre otros. Contrario a lo que, a veces, uno podría pensar, son ideas muy firmes, la idea de que juntos podemos hacer cosas increíbles está siempre presente en ellas y ellos, por eso en el libro se propone la escuela promotora; aunque en los relatos que recibimos no le llamaron así, esa fue su idea, la de un entorno escolar saludable. Es construir el conocimiento a través de un campo común de entendimiento, de diálogo, en donde todos aportamos nuestras potencialidades y nuestras ideas para construir un mundo posible, sin imponer porque en este ejercicio no se impone nada.