

Actividades y herramientas lúdicas en educación y promoción de la salud

Carolina del Rosario Mejía García¹,
Fariva Vicuña Alvarado¹,
Yesenia Carpio Zelada¹,
Daphne León Córdova¹

Resumen

El desconocimiento de la forma de transmisión de las enfermedades, los efectos sobre la salud de las personas, animales y entorno, así como las medidas de prevención y control, favorecen la exposición de las personas y animales a una serie de enfermedades. Ante esta situación se hace necesario desarrollar intervenciones educativas preventivas que busquen promover la salud de forma eficiente. Ante la ineficiencia de las tradicionales formas de transmisión de conocimientos en salud, surge como alternativa el uso de herramientas educativas lúdicas, que, utilizadas de forma recreativa e interactiva, podrían representar una alternativa para promover la salud entre la población, especialmente a nivel escolar. El artículo hace una revisión literaria de estas alternativas enfocando el aporte de la educación lúdica a los programas de promoción de la salud y mostrando los beneficios adicionales que estos tienen para la formación social de los estudiantes.

Además, muestra una serie de ejemplos en los cuales se ha aplicado herramientas lúdicas mostrando sus alcances y finalmente ofrece una breve referencia de lo que el Grupo SAPUVET-PERÚ viene produciendo en esta área, los mismos que se encuentran en la etapa final de evaluación después de lo cual han de ser puestos a disposición de las autoridades de salud y educación para su uso dentro de los programas de educación para la salud que estimen desarrollar.



Las ferias de actividades lúdicas permiten la difusión de los juegos didácticos y otras herramientas.

¹ Grupo de Salud Pública Veterinaria (SAPUVET-PERÚ), Facultad de Medicina Veterinaria - Universidad Peruana Cayetano Heredia.

Introducción

Las enfermedades desatendidas son un grupo de enfermedades infecciosas prevalentes en 149 países tropicales y subtropicales. Estas afectan principalmente a poblaciones sumidas en la pobreza, que no pueden satisfacer sus necesidades básicas y viven expuestas al contacto con vectores y animales transmisores de enfermedades. Entre ellos, los niños, las mujeres y las minorías étnicas son los más vulnerables. Pero no solo la salud de las personas se ve afectada, sino también la de los animales y ambos problemas conllevan a un alto impacto en la economía de las familias y su bienestar (WHO, 2009; WHO, 2015).

La presencia y permanencia de las enfermedades infecciosas están determinadas por una serie de factores biológicos y no biológicos. Sin embargo, se puede considerar que sería más sencillo manejar los factores no biológicos ya que pueden ser controlados directamente por las personas. Entre ellos, se puede nombrar el acceso al servicio de agua potable y desagüe, acceso a una vivienda saludable, acceso a un servicio de salud de calidad, acceso a una educación de calidad, entre otros (Arredondo, 1992).

El desconocimiento de una enfermedad, así como las actitudes y las prácticas erróneas exponen a las personas a ser infectadas. En este contexto surge la necesidad de desarrollar intervenciones educativas que busquen promover la salud de forma eficiente, a sabiendas que las formas tradicionales de impartir conocimientos, como las charlas y las conferencias únicas, han demostrado ser ineficientes en muchas intervenciones

(Ormea, 2010). Por lo tanto, el uso de herramientas educativas lúdicas, que utilizadas de forma recreativa e interactiva, podrían representar una alternativa para promover la salud entre la población, especialmente a nivel escolar.

Promoción de la salud y educación lúdica

El concepto de “promoción en salud” sobrepasa al de educación en salud, por ser un proceso más amplio e integral, que incluye la participación de toda la población en el contexto de la vida cotidiana y trasciende al estimar el riesgo de enfermar. Dicha noción se basa en un concepto ampliado de salud, considerado como un estado positivo y dinámico de búsqueda de bienestar que comprende la interacción de las dimensiones física, personal/emocional (autorrealización personal y afectiva), ambiental (adaptación al ambiente) y social (equidad y vulnerabilidad de diversa índole). La promoción de la salud trasciende las palabras y las reglas para vivir sanamente. Demanda mover emociones y estimular la toma de conciencia sobre la realidad (Ramírez *et al.*, 2011).

Aunque hay varios abordajes de la educación en



El museo requiere disponibilidad de espacios.

salud, aquí solo se hará énfasis a la educación lúdica, porque conlleva a la participación, el disfrute y la creatividad a partir de la vida cotidiana. La educación lúdica de acuerdo a Nunes de Almeida (1994) tiene como objetivos la estimulación de las relaciones cognoscitivas, afectivas, verbales, psicomotoras y sociales, la mediación socializadora del conocimiento y la provocación de una reacción activa, crítica y creativa de las personas en pro de su bienestar.

La educación lúdica es una práctica viable y provechosa en los procesos pedagógicos, pues hace del aprendizaje un proceso dinámico, consciente y gozoso. Por otra parte, cuando se utilizan juegos es importante tener en cuenta que el rumbo y éxito de los mismos está influenciado por la creatividad y manejo de quien dirige su aplicación (por ejemplo, saber dividir bien los grupos y actuar ante reacciones negativas de los participantes) (Ramírez *et al.*, 2011).



Niños de I.E.E Virgen de Fátima, Huancayo jugando con EQUIQUISTE.

El Juego como una herramienta de Promoción de la Salud

El juego como “un ejercicio recreativo” da a los estudiantes la posibilidad de elegir y decidir libremente, con el fin de desarrollar habilidades comunicativas y construir conocimientos. Facilita la expresión y desarrollo de sus potencialidades, ya que crea conciencia de que esto puede servir para mejorar su calidad de vida. Además, fortalece una competencia académica sana, a partir de la cual se superan obstáculos y cumplen metas que se creían inaccesibles. Es decir, que quienes aprenden, creen en sí mismos y elevan su autoestima al evidenciar que ellos ayudan de manera eficaz

a construir y a lograr un verdadero aprendizaje (Palacino, 2007).

Asimismo, el juego ayuda al niño a desarrollar el sentido crítico, la percepción y la innovación. A través de este, el niño exterioriza sus interrogantes y encuentra respuesta a ellas. Además, de estimular la comunicación, incita la curiosidad para propiciar un aprendizaje creativo y permanente. Cuando el niño juega convierte lo cotidiano en un espacio-tiempo propicio para la creatividad donde lo que pudiese ser rutinario provoca y estimula la competencia sana y la autogestión. Es decir, el juego despierta actitudes e inquietudes, es una fuente de inspiración permanente (Jiménez, 2001).

Los objetivos del juego en la educación son la estimulación de las relaciones cognitivas, afectivas, verbales, psicomotoras, sociales, la mediación socializadora del conocimiento y la estimulación de una reacción activa, crítica y creativa de los estudiantes. Los resultados de esta actividad lúdica han servido para comprobar y corroborar como esta no solo facilita sino desarrolla

y estimula a los participantes a mejorar las relaciones afectivas, verbales, psicomotoras, sociales, crítica y creativa de los estudiantes, propiciando un adecuado escenario para el perfeccionamiento de las distintas competencias que debe poseer el ser humano (Ballesteros, 2004).

Pensar en tomar en cuenta a las actividades lúdicas como opción para enseñar es una buena elección para salir de la rutina y ofrecer al educando diferentes alternativas de aprendizaje, a través de las cuales se puedan perfeccionar todas sus dimensiones de desarrollo y no seguir con los mismos modelos que de cierta forma bloquean el aprendizaje y niegan la posibilidad de aprender de forma divertida (Ordoñez, 2002). Por lo tanto, el juego como actividad permite desarrollar una gran riqueza de estrategias. Además, es un excelente componente para el aprendizaje y la comunicación, se consolida como un método didáctico que puede viabilizar una educación más adecuada porque sirve para todos los sujetos en su individualidad (Bautista, 2002).

Las características del juego y de lo lúdico per-



TRAC GAME utilizado en diversas actividades de difusión.

miten en la educación en salud trascender de la mera enfermedad a las condiciones de vida. Cabe resaltar que los juegos como parte de lo lúdico son importantes porque no solo dan placer a los participantes sino que rescatan la condición de ser niño, facilitan la interacción social y constituyen un espacio democrático para la libre expresión (Dias, 2007).

En este contexto, las actividades lúdicas constituyen un factor de cultura que implica conocimiento y permite que el aprendizaje se realice de manera fácil y agradable, en un contexto amable donde la sonrisa es el factor primordial. El conocimiento humano no se adopta pasivamente, sino que es construido y procesado activamente por el sujeto a través de la experiencia, y es con las prácticas lúdicas que el hombre incorpora nuevos conocimientos (Ballesteros, 2004).

La educación lúdica ambiental optimiza el aprendizaje y permite identificar aspectos relativos a la prevención y al control que deben trabajarse tanto a nivel de saneamiento básico (por ejemplo, ausencia de alcantarillado) como de salud en gene-

ral. Este tipo de educación mejora la capacidad de argumentación, la relación entre los sujetos que intervienen en el proceso de enseñanza aprendizaje y motiva su creatividad a la par que los capacita para identificar en sí mismos habilidades que antes no reconocían. Además, las actividades lúdicas se constituyen en un medio útil para que la gente haga conciencia de los problemas que afectan su calidad de vida y para plantear posibles soluciones (Ramírez, 2011).

Educación, Actividades Lúdicas y Salud

La falta de educación y de conocimientos, limita la realización de acciones preventivas y varios estudios sugieren que la educación de escolares produce cambios positivos para la salud, pues ellos motivan la participación de las madres y con ellas la de los demás familiares y vecinos (Martínez 2007). Por ello, la educación lúdica es recomendada en escolares, ya que los juegos son naturales en los niños. La diversión facilita el aprendizaje y

los niños son persistentes cuando se empoderan de los conocimientos para llevarlos a la práctica, potenciando así la creatividad para el desarrollo humano (Ávila 2004; Martínez, 2007).

Al respecto, un estudio de intervención con escolares concluyó que el uso de juegos que conllevan mensajes, puede ser una alternativa en la educación sobre conceptos básicos en salud. Al emplear métodos diferentes a los tradicionales y concebir el aprendizaje de manera lúdica y participativa, permite generar liderazgo en salud (Castillo *et al.*, 2001).

Ejemplos de Actividades Lúdicas en Salud

En una Escuela Primaria del municipio de Santiago de Cuba se aplicó una herramienta lúdica grupal educativa, denominada “Salud a pedir de boca”, con el objetivo de modificar conocimientos sobre salud bucal. Se logró que 88,24% de los participantes adquirieran conocimientos adecuados, de modo que las diferencias observadas antes y des-



Yesenia Carpio mostrando el TRAC GAME.

pués de la intervención fueron altamente significativas y revelaron que el mecanismo demostró ser eficaz (Ruiz *et al.*, 2004).

Torres *et al.* (2015) evaluó el efecto sobre los conocimientos de salud bucal de un programa educativo en una institución de nivel secundario de Santiago de Cuba, entre las metodologías consideró el uso de algunos juegos participativos. El programa demostró un cambio positivo sustancial sobre los conocimientos entre los estudiantes.

Las geohelmintiasis son un problema de salud pública en los países en desarrollo, especialmente en escolares y preescolares. Su control se basa en la integración de varias estrategias entre las cuales es esencial la promoción para la salud. En La Virgen, zona rural de Colombia se desarrolló una experiencia de educación lúdica, ambiental, dirigida a la prevención y el control de las geohelmintiasis, en los que se incluyó actividades educativas lúdicas en salud (carteles, canciones y un festival de la salud). Esta experiencia corroboró que la educación involucra un proceso profundo de enseñanza-aprendizaje y no se debe reducir a un nivel informativo como una transmisión de datos emisor-receptor con carácter jerárquico (Ramírez *et al.*, 2011).

En Bucaramanga - Colombia, se evaluó la eficacia de educación lúdica con escolares, con el fin mejorar conocimientos y prácticas de prevención y control del Dengue. Para ello se aplicó una encuesta antes y después de la intervención, y se obtuvo que la educación lúdica fue eficaz para mejorar los conocimientos y prácticas de prevención de dicha enfermedad (Vesga y Cáceres, 2010).

En la Universidad Nacional Mayor de San Marcos (UNMSM), se evaluó la eficacia de dos métodos didácticos en la actitud del niño para la preservación de su salud bucal. De los dos métodos didácticos uno fue lúdico, basado en juego de reglas y se denominó DENTOPLAY; el otro fue expositivo por expertos utilizando una maqueta y un rotafolio. Los resultados indicaron que ambos métodos didácticos permiten incrementar el grado de conocimiento e información. El componente

afectivo se distribuyó en intensidad positiva con el Método Didáctico Lúdico, mientras que con el Método Didáctico Expositivo tuvo intensidad media (Gutiérrez *et al.*, 2007).

En Durango - México se empleó juegos populares para la enseñanza de conceptos básicos de salud en niños de edad escolar, concluyendo que los mismos pueden ser una alternativa, ya que al emplear métodos diferentes a los tradicionales y concebir el aprendizaje de manera lúdica y participativa, se genera liderazgo en salud entre los participantes (Castillo *et al.*, 2001).

En Aragua - Venezuela se realizó un juego como medio de enseñanza-aprendizaje que favoreció la incorporación de los escolares de la segunda etapa de educación básica a las actividades de control del mosquito *Aedes aegypti* y de prevención del dengue. Se encontró que el juego favoreció la adquisición de más conocimientos sobre el dengue y les permitió desarrollar habilidades y destrezas conducentes a su incorporación en actividades para la prevención de la enfermedad en sus respectivas comunidades (Vivas y Guevara de Sequeda, 2003).

Producción de herramientas lúdicas en Sapuvet - Perú

El grupo SAPUVET-PERÚ ha desarrollado dos propuestas educativas que se encuentran en la etapa final de evaluación. Las mismas están siendo utilizadas en diversas actividades del grupo a manera de difusión y próximamente han de estar a disposición de las autoridades de salud y educación para su utilización dentro de los programas de educación para la salud que estimen emplearla.

La primera herramienta lúdica se denomina TRAC-GAME la que ha buscado difundir conocimientos sobre tenencia responsable de animales de compañía en escolares de nivel primario, especialmente en zonas urbanas vulnerables debido a las condiciones socioeconómicas de su población.

La segunda representa un paquete denominado EQUQUISTE. En ella se consideran cuatro herra-

mientas educativas validadas por expertos y en trabajo de campo. El paquete incluye un cuento para pintar, un juego didáctico de mesa, un rotafolio y un museo de Hidatidosis. Se espera que las herramientas usadas para transmitir conocimientos acerca infección por huevos de *Echinococcus granulosus* en centros educativos en zonas endémicas a Equinococosis Quística del Perú.

Las herramientas se alcanzaron gracias a fondos obtenidos por nuestros miembros en dos

versiones de los concursos de proyectos de responsabilidad social los cuales contaron con el apoyo financiero de la Dirección Universitaria de Responsabilidad Social y la Facultad de Medicina Veterinaria y Zootecnia de la Universidad Peruana Cayetano Heredia. Su desarrollo tuvo el asesoramiento de las Licenciadas Estela Rodríguez Álvarez (Facultad de Educación) y Elisa Jefferson Morales (Facultad de Psicología), a quienes el grupo les agradece su apoyo.

Conclusiones

A raíz de lo expuesto en el artículo, se concluye que la promoción de la salud es una herramienta clave para el abordaje holístico que requieren las enfermedades desatendidas. Ella no solo debe considerar la transmisión de conocimientos, sino que debe tener como objetivo a mediano y largo plazo cambiar prácticas en la población. Asimismo, se considera que la educación lúdica es una herramienta de promoción de la salud aplicable para diversos estratos etarios, pero de particular importancia y uso en los niños de edad escolar. Esta estrategia posee características que facilitan los espacios de reflexión y análisis considerando el contexto en el que se desarrolla la persona, lo que favorece convertir los conocimientos en prácticas.

Bibliografía

- Arredondo A. Análisis y reflexión sobre modelos teóricos del proceso salud-enfermedad. *Cad Saúde Pública* 1992; 8(3), 254-81.
- Ávila GA, Martínez M, Sherman C, Fernández E. Evaluación de un módulo escolar sobre dengue y *Aedes Aegypti* dirigido a escolares en Honduras. *Rev Panamericana Salud Pública* 2004; 16:84-94.
- Ballesteros P, Jaramillo C, Ballesteros D. Aplicación de la lúdica en la solución de un problema de investigación de operaciones: Quesos y yogures. *Scientia Et Technica* 2004; 10(26):115-120.
- Bautista J, et al. El juego como método didáctico. Propuestas didácticas y organizativas. *Granada: Adhara*; 2002.
- Castillo JM, Rodríguez M, Guerrero F. El juego como alternativa para la enseñanza de conceptos básicos en salud. *Rev Panam Salud Pública* 2001; 9:311-14.
- Días A C, da Silva C V. Tendencias de la producción del conocimiento en la educación en la salud. *Rev Latinoam Enfermagem* 2007; 15.
- Gutiérrez M, Ortiz L, Albino J, Castillo S, Catpo A, Salazar J, Tello R, Villalba H. Eficacia de dos métodos didácticos en la actitud del niño para la preservación de su salud bucal. *Odontol Sanmarquina* 2007; 10(2):8-11.
- Jiménez C. Lúdica y creatividad. Bogotá, 2001. 169 p.
- Martínez A. Método novedoso para educar los niños en el control del dengue en el occidente del país. *La Gaceta*, 2007.
- Nunes de Almeida P. Educación Lúdica. Bogotá: Ediciones San Pablo; 1994.
- Ordoñez MI. El juego como metodología de enseñanza [Tesis de pregrado]. Bogotá, Universidad de la Sabana; 2002.
- Ormea, V. Conocimientos y prácticas preventivas sobre Toxocarosis en Niños y Padres de Familia Capacitados el Año 2006. Distrito de San Juan de Lurigancho. Lima-Perú. [Tesis de pregrado]. Lima, Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2010.
- Palacio F. Competencias comunicativas, aprendizaje y enseñanza de las Ciencias Naturales: un enfoque lúdico. *Revista Electrónica de Enseñanza de las Ciencias* 2007; 6 (2): 275-298.
- Ramírez N, Díaz M, Reyes P, González O. Educación lúdica: una opción dentro de la educación ambiental en salud. Seguimiento de una experiencia rural colombiana sobre las geohelmintiasis. *Revista Med* 2011; 19(1): 23-36.
- Ruiz N, González E, Soberats M, Amaro I. Modificación del nivel de conocimientos sobre salud bucal en educandos de la enseñanza primaria. *MEDISAN* 2004; 8(3):24-26.
- Vesga Gómez C, Cáceres Manrique FM. Eficacia de la educación lúdica en la prevención del Dengue en escolares. *Rev Salud Pública* 2010; 12(4):558-69.
- Vivas E, Guevara de Sequeda M. Un juego como estrategia educativa para el control de *Aedes aegypti* en escolares venezolanos. *Rev Panam Salud Pública/Pan Am J Public Health* 2003; 14(6):394-401.
- [WHO] World Health Organization. Investing to overcome the global impact of neglected tropical diseases. Washington DC: WHO; 2015.
- [WHO] World Health Organization. Neglected tropical diseases, hidden successes, emerging opportunities. Washington DC: WHO; 2009.