



Comunicación. Educación para la salud

Misterio en el huerto. Cuentos que educan a comer verduras

Esther Ruiz Chércoles^a, Teresa Cenarro Guerrero^b, Primitivo Rodríguez Mendoza^c

CS María Jesús Hereza. Leganés. Madrid. España • CS Ruiseñores. Zaragoza. España • Profesor Colegio Salesianos. Carabanchel. Madrid. España.

Publicado en Internet:
14-junio-2021

Esther Ruiz Chércoles:
eruizc@salud.madrid.org

INTRODUCCIÓN

Antecedentes: los cuentos ayudan a comunicar mejor, sirven para manifestar los sentimientos y las emociones. Los cuentos facilitan la reflexión y ayudan a pensar.

Objetivo: educar en valores estimulando la imaginación. Buscar nuevas herramientas para facilitar el aprendizaje de hábitos saludables. Fomentar la lectura de los pequeños pacientes mientras esperan a ser atendidos. Humanizar la sala de espera.

CASO CLÍNICO

Una pediatra escribió un cuento, la historia de Jorge, un niño que no quería comer verduras, hasta que descubrió el motivo por el cual las lechugas lloraban en el huerto. Los niños no querían saber de ellas, hasta que... las probaron. Otra pediatra se imaginó y dibujó a Jorge y a sus amigos.

El cuento echó a rodar y se ha publicado en la página web Familia y Salud (<https://www.familiasalud.es/familias-que-leen/te-regalo-un-cuento-0/misterio-en-el-huerto>).

El objetivo del cuento se cumple cuando alguna abuela cuenta lo bien que su nieta come verduras gracias a la lectura del cuento.

En la sala de espera de la zona de Pediatría de los dos centros de salud tenemos pequeñas bibliotecas con libros. Los libros vienen, van, se leen en la sala de espera, ayudan, entretienen hasta que llega el momento de entrar en consulta. Los niños, madres, abuelos, traen libros para compartir y las estanterías nunca se han quedado vacías.

También se ha favorecido la reutilización de residuos, ya que se ha destinado un espacio para los libros con las cajas de vacunas.

Estas bibliotecas tienen como objetivo crear buenos hábitos en la lectura a la vez que aprender a través de la lectura de los cuentos.

Se promueve la afición a la lectura y el respeto a los libros. Leer juntos es una oportunidad para enriquecer la relación afectiva entre el niño y el adulto. Los libros crean un ambiente distendido y relajado donde el niño se encuentra cómodo.

La educación para la salud es una herramienta imprescindible en nuestro trabajo diario. Educar es ayudar a aprender y hacerlo a través de los cuentos puede ser una herramienta útil.

En el informe de alta de Martín, un niño que nació dos meses antes de tiempo, recomienda a sus padres que le lean cuentos porque nunca es demasiado pronto para empezar a disfrutar de la lectura.

CONCLUSIONES

Hay que buscar nuevas formas de estimular hábitos saludables y los cuentos son una herramienta y animar a los pediatras a escribir sus propios cuentos.

CONFLICTO DE INTERESES

Los autores declaran no presentar conflictos de intereses en relación con la preparación y publicación de este artículo.

Cómo citar este artículo: Ruiz Chércoles E, Cenarro Guerrero T, Rodríguez Mendoza P. Misterio en el huerto. Cuentos que educan a comer verduras. Rev Pediatr Aten Primaria Supl. 2021;(30):91.