

Objetivos

Reflexionar sobre la importancia del derecho a la salud.

Valorar nuestro acceso a una sanidad de calidad y compararlo con las carencias que sufren muchas personas, concretamente niños y niñas, en el mundo.

Actividad 1 EL VALOR DE LA SALUD

Desarrollo

Dividir la clase en grupos y pedir que reflexionen y respondan a dos preguntas, realizando una lista con las respuestas para cada una de ellas.

¿Qué cosas no podemos hacer cuando enfermamos?

¿Qué es importante para estar sanos y sanas?

Cuando los grupos hayan terminado su trabajo, poner en común, en gran grupo, las listas realizadas, dejando que, por turnos, los grupos comenten su trabajo y anotando lo que sale en la pizarra.

Dependiendo de lo que hayan aportado, orientar la reflexión final hacia estos aspectos:

- La importancia de una alimentación adecuada para tener buena salud.
- La necesidad de agua potable y saneamientos adecuados.
- La atención sanitaria accesible y de calidad.
- El hecho de que en el mundo hay millones de personas que enferman porque no tienen acceso a alguno de los elementos precedentes.
- Los problemas que causa la falta de salud en la educación de las personas, especialmente de los niños y las niñas.

Los resultados de esta actividad pueden servir para la realización de un clipmetraje.

Actividad 2 TRABAJO CON EL CUENTO SIRA Y EL PÁJARO NEGRO (Primer ciclo)

Consideraciones previas

En el cuento, los peligros a los que se enfrenta Sira representan diversos problemas de salud presentes en muchos países, especialmente los empobrecidos:

El **Pájaro Negro** simboliza la enfermedad.

Los **mosquitos** representan las enfermedades transmitidas por insectos, especialmente la malaria o paludismo. En 2018, se estimaron 405 000 muertes por malaria en todo el mundo, 272 000 de las cuales, niños menores de 5 años. El 94% de todas las muertes por malaria en 2018 se produjo en África. OMS: Informe mundial sobre el paludismo 2019. [Ver informe](#)

Los **gusanos del agua** representan el problema de consumir aguas en mal estado o sin garantías higiénicas. Esto provoca enfermedades gastrointestinales y la muerte de 361 000 de niños menores de 5 años al año. OMS, 2014. [Ver](#)

Los **pinchos envenenados** representan diversos tipos de enfermedades contraídas a través de bacterias y virus.

Por último, el **sonajero** simboliza la atención sanitaria y el acceso a medicamentos que previenen y curan las enfermedades.

Desarrollo

Leer el cuento o ver el video. Dependiendo de la edad de los niños y las niñas, al finalizar la lectura realizar una ronda de preguntas para asegurarnos de que han prestado atención y han comprendido el contenido del cuento. Deberán decir SÍ o NO después de cada frase.

1. Sin el sonajero los niños enfermaban.

2. El papá y la mamá de Sira no la dejaban ir a la escuela.
3. Sira no tuvo valor para ir a buscar el sonajero de su hermano al nido del Pájaro Negro.
4. Sira consiguió superar todas las pruebas y llegó al nido del Pájaro Negro.
5. Sira usó la cabeza y la imaginación para vencer los problemas.

En común, se plantean preguntas como estas para realizar la reflexión:

- ¿Qué les pasaba a los niños y las niñas si el Pájaro Negro robaba su sonajero?
- ¿Qué creéis que simboliza el pájaro Negro?
- ¿Cómo es Sira? ¿Qué es lo que más os ha gustado de ella?
- ¿Qué peligros se encontró Sira antes de llegar al nido del Pájaro Negro? ¿Qué utilizó Sira para resolver todos los problemas que se encontró por el camino?
- ¿Dónde aprendió todo Sira?
- ¿Creéis que si Sira no hubiese ido a la escuela hubiera conseguido llegar hasta el nido del Pájaro Negro?
- ¿Se os ocurre qué pueden significar esos peligros a los que se enfrenta? Ayudar a los niños y niñas a que lo piensen, y en caso de que no salga, explicar qué simbolizan cada uno de ellos.
- ¿Erais conscientes de la importancia de estos elementos en la salud de los niños y niñas menores de cinco años?

CUENTO: SIRA Y EL PÁJARO NEGRO

En la aldea donde vive Sira, es costumbre que cuando nace un bebé su papá le fabrique un sonajero, porque su sonido, dicen, aleja las enfermedades.

Sira quiso que el de su hermanito pequeño fuera diferente y lo pintó de verde. ¡Le quedó precioso!

En el pueblo todos saben que, cuando llega la noche, hay que guardar muy bien esos sonajeros, porque, con la oscuridad, el Pájaro Negro sobrevuela la aldea buscándolos y se los lleva en el pico a su nido en lo alto de la montaña.

Una noche, sucedió lo que todos en la familia temían. El Pájaro Negro encontró el sonajero verde del hermanito de Sira y, sin que nadie se diera cuenta, se lo llevó a su guarida.

Cuando amaneció, el bebé no paraba de llorar. Había perdido el color de la cara y el brillo de los ojos. Su mamá no sabía qué le pasaba e intentaba calmarle acunándole en sus brazos, hasta que descubrió que el sonajero no estaba.

—¿Qué vamos a hacer ahora? —preguntó mamá muy asustada.

—Tendremos que recuperar el sonajero —dijo papá.

—Pero eso es imposible, nunca nadie ha conseguido llegar hasta el nido del Pájaro Negro, el camino está lleno de peligros —se lamentó mamá.

Sira, permanecía sentada a las puertas de la cabaña escuchándoles. Mientras se abrazaba las rodillas lloraba por su hermanito enfermo. No podía permitir que se muriera el bebé y, como siempre había sido una niña muy valiente, decidió ir ella a buscar el sonajero. Se levantó de un salto y, sin pensárselo dos veces, agarró la bolsa de tela que llevaba a la escuela, y echó en ella todos los cacahuets que pudo coger y un par de tortas de maíz. Sin hacer ruido, y a escondidas, emprendió el camino.

Más allá de la fuente donde cada mañana recogía el agua, comenzaba el sendero en el que los niños tenían prohibido adentrarse. Sira sabía que estaba desobedeciendo y el miedo hacía que le temblasen un poco las piernas, pero pensar en su hermanito enfermo le dio valor para continuar caminando.

De repente, cuando pasaba cerca de un gran charco de aguas estancadas, escuchó un ruido. Era un zumbido muy fuerte, parecido al de las tormentas de aire. Cuando quiso darse cuenta, tenía delante un enorme enjambre de Mosquitos Gigantes de esos de los que tantas veces había oído hablar. Eran tan grandes como ella y tenían una boca inmensa con unos dientes afilados como los de un león.

Sira, recordó lo que la maestra les decía: -Si alguna vez tenéis un problema muy difícil de resolver, tenéis que usar vuestra imaginación.

Sira era de las pocas niñas de su aldea que iban a la escuela. Sus papás querían que estudiara igual que sus hermanos mayores.

Y entonces, pensó que, si los mosquitos tenían esa boca tan enorme con esos dientes tan grandes, seguro que eran muy comilones. Sacó los cacahuets que llevaba en su bolsa y los esparció por el suelo. Los mosquitos se lanzaron a toda velocidad a comerlos y se olvidaron de ella, dejando el camino libre. Sira corrió como nunca en la vida lo había hecho y enseguida los perdió de vista. Había superado la primera prueba, pero sabía que todavía le quedaba mucho camino por delante hasta llegar a lo alto de la montaña.

El sendero acababa en un río muy ancho que no tenía más remedio que cruzar si quería llegar al nido del Pájaro Negro. Sira no sabía nadar bien, pero ese no era el mayor de los problemas. Lo malo eran los Gusanos Azules que habitaban en el agua. Eran unos animales muy peligrosos que atacaban a todos los que intentaban entrar en el río e, incluso, a los que se acercaban a la orilla a beber.

Sentada a los pies de un árbol, Sira se acordó otra vez de su maestra:

-La maestra siempre nos dice que si somos generosos recibiremos la ayuda de los demás cuando la necesitemos, pensó. -Yo hago todo esto para ayudar a mi hermanito, pero ¿a quién puedo pedir ayuda? ¡Aquí no hay nadie!

En ese momento, el árbol empezó a moverse y los que estaban a su alrededor, también:

—Hola pequeña, ¿cómo te llamas? —preguntó el árbol en el que se apoyaba.

—Me llamo Sira —respondió con sorpresa la niña.

—¿Y qué te trae por aquí? —le dijo el árbol—. Este no es un lugar seguro para una niña.

Sira les explicó su historia y los árboles, conmovidos, inclinaron las ramas superiores hasta que sus puntas se tocaron suavemente. Desde abajo, Sira los oía susurrar mientras movían las hojas. Tras un rato de deliberación, los árboles volvieron a erguirse, pidieron a Sira que se alejara un poco, y comenzaron a sacudirse con fuerza, para dejar caer sus ramas más viejas. Con ellas construyeron entre todos, una balsa para que la niña pudiera cruzar al otro lado del río sin que los gusanos la atraparan.

—Muchas gracias por vuestra ayuda, nunca olvidaré lo que habéis hecho por mí —gritó Sira cuando llegó a la orilla de enfrente.

—Suerte en tu camino, Sira —respondieron los árboles.

Sira empezó a subir la montaña. Ya estaba anocheciendo y las sombras le asustaban. Cerca de la cima, vio que el último tramo del camino estaba cubierto de pinchos envenenados que el Pájaro Negro había sembrado para defender su nido.

La valiente niña no desfalleció ante el nuevo obstáculo y, una vez más, usó la cabeza para buscar una solución. Mientras pensaba, sentada al borde del camino, acariciaba suavemente unas hierbas de mimbre que cubrían el campo que tenía al lado. Entonces, se le ocurrió un truco: usaría parte de ese mimbre para hacer una larga alfombra, como le había enseñado su mamá. Así podría pisar sobre los pinchos sin hacerse daño.

Durante un buen rato, tejió y tejió, y cuando terminó, extendió poco a poco la larga alfombra sobre el suelo y andando con mucho cuidado, consiguió evitar los peligrosos pinchos. La noche había teñido todo de negro, pero la luna también quiso ayudar a la pequeña Sira y salió más llena que nunca iluminando todo con su luz blanca.

Sira sabía que cada vez faltaba menos para salvar a su hermano y eso parecía darle alas. Continuó subiendo, y en menos tiempo de lo esperado, alcanzó el nido. Estaba tranquila porque, como era de noche, sabía que el Pájaro Negro estaría fuera un buen rato buscando sonajeros. El nido era enorme y tuvo que hacer un esfuerzo muy grande para conseguir asomarse a su interior. Cuando lo consiguió, descubrió que el nido estaba lleno de sonajeros que, durante años, el Pájaro había ido robando a los niños de la aldea.

Sira localizó enseguida el de su hermanito, porque era el único de color verde. Lo cogió rápidamente y lo metió en su bolsa. Y luego, como sabía que cada sonajero salvaría a un niño, guardó en el saco y en sus bolsillos todos los que pudo.

Contenta, emprendió el camino de regreso a la aldea, acompañada por el dulce sonido de los sonajeros.

Mientras tanto, todos en la aldea estaban muy preocupados por ella. Llevaban toda la noche buscándola y sus papás estaban muy tristes pensando que podía haberle pasado algo malo. Cuando la vieron aparecer corriendo por el camino, se pusieron tan contentos que ni siquiera la regañaron por haberse escapado. Y su alegría se desbordó cuando la niña enseñó a todo el pueblo lo que traía. Uno a uno fue entregando los sonajeros a sus dueños y, cuando terminó, corrió a su cabaña para hacer sonar con fuerza el juguete verde ante su hermanito, que dormía feliz sobre su esterilla. El niño había recobrado el color y el brillo de los ojos, y volvió a ser un bebé sano.

Durante meses no se habló de otra cosa en la aldea. Nunca nadie había conseguido llegar hasta el pico de la montaña y ¡mucho menos una niña!, no podían entender cómo lo había logrado. Todos querían escuchar su historia.

—Debes tener poderes especiales —le decían unos.

—Y una fuerza como la de un león —le decían otros.

Sira reía mientras movía la cabeza a derecha e izquierda, negando.

—Sólo hice lo que la maestra me ha enseñado en la escuela: ¡Usé la cabeza y la imaginación para vencer los problemas!

La historia de Sira había hecho reflexionar a muchos padres, que decidieron que sus hijas también tenían que ir a la escuela.

Sira siguió estudiando para lograr algún día que el Pájaro Negro se marchase para siempre de allí y que ningún niño más enfermase por su culpa.

Actividad 3 PALABRAS ENCADENADAS:

Desarrollo

Dividir a los niños y niñas en cuatro grupos. A cada uno de los grupos se les asigna una de las siguientes palabras...

Alimentación, Derecho, Pobreza, Salud

y se les pide que hagan una “rueda”, con la palabra que les ha correspondido escrita en el centro de una hoja y que alrededor escriban todas aquellas palabras de la lista de abajo que tengan relación con ella. Pueden poner cuantas palabras quieran, pero siempre deben justificar y explicar la relación entre la palabra central y ellas.

Agua potable

Alimentación

Derecho

Educación

Enfermedad

Hambre

Medicamentos

Pobreza

Salud

Saneamientos

Servicios sanitarios

Dejar un tiempo para que los grupos trabajen. Después, cada uno de los grupos pone en la pizarra su “rueda” de palabras y explica las relaciones que han planteado entre las mismas.

Cuando todos los grupos han terminado, se deja que entre todos añadan en cualquiera de las ruedas, palabras que no estuviesen y pudieran formar parte de ellas.

Una vez completada toda la ronda reflexionar sobre el sentido de la actividad a través de preguntas como:

- ¿Qué nos ha llamado más la atención de la información que hemos trabajado? ¿Por qué?
- ¿Erais conscientes de las relaciones que se dan entre los diversos elementos con la salud?

Los resultados de esta actividad pueden servir para la realización de un clipmetraje.

Actividad 4 AGUA POTABLE

Consideraciones previas

El acceso al agua potable es un derecho y un elemento que tiene una gran importancia en nuestra salud. En esta actividad se trabaja la relación amplia entre el agua y una serie de elementos que tienen que ver con los derechos, especialmente, el de la salud.

Aquí hay ejemplos de respuestas que, bien justificadas, se pueden dar como correctas:

Grifo de agua potable en casa, relacionado con: *Limpieza, Desinfección*

Río de aguas contaminadas, relacionado con: *Hambre, Enfermedades, Infecciones, Cosechas*

Agua de lluvia, relacionada con: *Cosechas, Estación seca*

Estación seca, relacionada con: *Agua de lluvia, Hambre, Cosechas, Dificultad*

Fuente de agua sucia, relacionada con: *Infecciones, Enfermedades*

Pozo de agua potable lejos de casa, relacionada con: *Dificultad y Pérdida de horas de escuela*

Desarrollo

Escribir en la pizarra las dos columnas de abajo. Comentar, de una en una, las palabras de la izquierda, pedir a los niños y las niñas que busquen relaciones con las de la derecha, justificando siempre lo que propongan.

Grifo de agua potable en casa	Enfermedades
Río de aguas contaminadas	Infecciones
Agua de lluvia	Limpieza
Estación seca	Desinfección
Fuente de agua sucia	Hambre
Pozo de agua potable lejos de casa	Pérdida de horas de escuela
	Dificultad
	Cosechas

Actividad 5 TRABAJO CON EL CUENTO *NI UNA MÁS* (Segundo ciclo)

Desarrollo

Actividad previa a la lectura

Dependiendo de la edad de los niños y las niñas, antes de leer la historia, puede ser conveniente realizar una reflexión en grupo. Para ello proponemos las siguientes preguntas:

¿Habéis preguntado alguna vez cómo nacisteis?

¿Sabéis si vuestra madre tuvo algún problema al daros a luz o estuvo en peligro?

¿Es importante vuestra madre para vosotros y vosotras? ¿Por qué?

Lectura y reflexión

Leer el cuento. Dependiendo de la edad de los niños y las niñas, al finalizar la lectura realizar una ronda de preguntas para asegurarnos de que han prestado atención y han comprendido el contenido del cuento. Deberán decir SÍ o NO después de cada frase.

1. Aruma no quiere trabajar de comadrona cuando sea mayor.

2. Cuando alguien se pone enfermo son las propias familias las que les atienden.

3. El trabajo de comadrona es muy importante.
4. El parto de Neyvi se presentó complicado.
5. El traslado al hospital fue una tarea sencilla.

En común, reflexionar a partir de preguntas como:

- ¿Cuántos personajes aparecen en la historia?
- ¿Recordáis sus nombres?
- ¿Dónde vive Aruma y su familia?
- ¿Cuál es el trabajo que tienen todas las mujeres de la familia de Aruma?
- ¿Quién es Hunhau?
- ¿Qué le pasaba a Neyvi?
- ¿Qué problema tuvieron para llevar al pequeño al hospital?
- ¿Qué aprendió Candelaria en los cursos de comadrona a los que asistió?

CUENTO: NI UNA MÁS

A Aruma le gustaba oír hablar a su madre y a su abuela. En su familia, todas las mujeres habían sido comadronas desde hacía mucho tiempo. Su abuela enseñó a su madre y ahora le tocaba aprender a ella. Para una indígena maya era muy importante seguir una tradición como esta. Su responsabilidad era muy grande. Ayudar a las mamás en el nacimiento de sus bebés era una tarea muy difícil pero, a la vez, era un momento mágico y único, por eso recordaban al detalle cada parto y a cada niña o niño que llegaba al mundo.

Aunque la abuela ya no ejercía por su edad, a Candelaria, la madre de Aruma, le gustaba contarle todos los casos en los que actuaba y Aruma al oírlas, aprendía.

—Estoy preocupada por Neyvi, hija, tengo miedo de que Hunhau se salga con la suya.

No era la primera vez que Aruma escuchaba ese nombre. Siempre que las cosas salían mal en un parto su abuela lo mencionaba. Sabía, por tanto, que no era alguien bueno, pero nunca se atrevía a preguntar por qué. Aruma sintió que ese momento había llegado y debía resolver el misterio:

—¿Quién es Hunhau, abuela? —preguntó.

Su abuela la miró, la agarró de la mano y la acercó hacia ella:

—Ven, siéntate a mi lado, te lo contaré todo sobre él: Cuando Dios creó a la humanidad, hizo a las personas según su imagen. Por eso, cada vez que nace un niño o una niña, es un nuevo rostro de Dios que se asoma al mundo. Esto no le gusto a Hunhau, el Señor del Mal, que decidió cobrarse un tributo por cada nuevo niño que naciese. Por eso, una madre muere al dar a luz por cada cierto número de nacimientos¹. Este tributo deben pagarlo muchas mujeres... Es lo normal y ha sido así desde el principio de los tiempos. Mira Aruma, Neyvi ya ha tenido cinco hijos, y se ve que ahora el Hunhau quiere cobrarse su tributo.

—Vamos mamá —dijo Candelaria—, ese parto venía con muchas complicaciones y Neyvi estaba demasiado débil. Sólo tenemos que esperar a que se reponga. No es momento de que Hunhau se cobre su tributo, al menos mientras yo pueda evitarlo.

Aruma y su familia viven en una aldea de Guatemala, en la provincia de Totonicapán. Es una zona montañosa y la población está dispersa por varias aldeas. La gente es muy pobre y, cuando alguien enferma, como allí no tienen médicos ni hospitales, son las propias familias las que atienden a los enfermos.

¹ Hunhau es, en la mitología maya, como el demonio en el cristianismo. En Guatemala, como en otras muchas zonas indígenas de América, convertidas al cristianismo desde su religión anterior, todavía hoy se sigue dando una curiosa mezcla de las creencias.

Afortunadamente, las cosas van cambiando y una ONG local está impartiendo cursos de comadrona por toda la zona². Candelaria, la mamá de Aruma, asistió a uno de ellos y eso le ayudó a completar su formación.

En la montaña, nueve de cada diez partos son atendidos por las comadronas tradicionales, por eso su papel es tan importante. De ellas depende la vida de los bebés y las mamás de la aldea.

En ese cursillo, a la mamá de Aruma le enseñaron cuestiones básicas de salud, de atención en el parto y también, algo muy necesario, cómo localizar problemas que pueden surgir durante el embarazo.

Aruma está deseando poder hacerlo también, pero, hasta que llegue ese momento todavía le quedan unos cuantos años, por eso, mientras tanto, siempre aprovecha para preguntar y tratar de aprender de su mamá.

Ella sabe que, a veces, las cosas no son fáciles en la montaña y que hay que aprender a tomar decisiones con mucha rapidez, eso fue lo que pasó, hace unos días, en el caso de Neyvi, la mujer de la que hablaba la abuela:

Todo sucedió cuando, en mitad de la noche, vinieron a buscar a su mamá porque una mujer se había puesto de parto antes de lo previsto. Esa vez, su madre no la dejó acompañarla.

El parto se presentaba difícil, tanto que Candelaria consideró que había un gran riesgo para la madre y el niño, por lo que debían llevarla a Tonicapán. Los familiares prepararon una camilla y, con la ayuda de todos, comenzaron a bajar la montaña, mientras, Candelaria, como podía, atendía a Neyvi. ¡Fueron cuatro horas de marcha por caminos llenos de dificultades!, hasta que llegaron a una carretera y pudieron parar a un coche que les llevó al pequeño hospital de la ciudad. A pesar de tener muy poca formación, los conocimientos de candelaria salvaron a Neyvi y a su hijo y gracias a eso el Hunhau no pudo cobrarse su tributo.

Tras estar ingresada unos días, tuvo que volver a su aldea. Todavía estaba muy débil, pero Candelaria iba a atenderla casi todos los días.

Por fin, tres semanas después del nacimiento, Neyvi estaba mejor y Aruma acompañó a su madre a visitarla. Al llegar a la aldea, una niña pequeña se le acercó y le preguntó si era la hija de la comadrona.

—Sí —contestó Aruma intrigada.

Entonces, la niña, con una sonrisa, le dio una muñeca de trapo.

—Esto es para ti. Neyvi es mi mamá.

Aruma cogió la muñeca y muy contenta le dio las gracias a la pequeña. Se sentía muy orgullosa de tener una mamá que, una vez más, había conseguido burlar al Hunhau. Ella iba a la escuela y por eso sabía que, al margen de esas antiguas leyendas y tradiciones, las mamás morían por falta de cuidados médicos y medicinas. ¡Eso era lo que más le preocupaba!, así es que, estaba decidida a aprender lo necesario, para que, por su parte, Hunhau no volviera a cobrarse ningún tributo más.

² El proyecto al que pertenecen estos cursos, está financiado por Manos Unidas.