

CORRESPONDENCIA

Comentarios sobre la reseña del Proyecto “Sonrían niños”

Estimada Editora:

Hemos leído con interés la reseña del Proyecto “Sonrían niños”, de la Dra. Lilian Raquel Sánchez Vázquez, publicado en la sección Nuestros Médicos, de *Panorama Cuba y Salud*, Volumen 6, Número 1, 2011. Sobre este nos gustaría compartir algunas reflexiones.

El artículo describe una experiencia desarrollada con una población infantil de la comuna de Belladere, departamento Centro de Haití, luego del terremoto ocurrido en ese país.

Según lo expresado por la autora, la metodología lúdica se utiliza en las actividades con el objetivo de promover salud y prevenir algunas enfermedades. Sobre las estrategias empleadas plantea: “...son acciones flexibles, el médico puede recrearlas y adaptarlas a las necesidades y al contexto en el que se encuentre, respondiendo de manera asertiva a las necesidades, e incrementando, dinamizando y diversificando las actividades significativas en el proceso del aprendizaje de la infancia y público en general.” También destaca la risoterapia como la herramienta principal y medicina eficaz por sus efectos saludables y relajantes.

Coincidimos con la autora en que las acciones referidas para promover salud desde lo lúdico, se apegan a las tendencias actuales para el desarrollo de procesos socioeducativos de diferente índole, en tanto fomentan el protagonismo de los involucrados en la construcción del conocimiento, más si el propósito final es modificar actitudes y comportamientos en los individuos (1).

Los entornos lúdicos potencian la capacidad de aprendizaje. Se aprende el 80% de lo que se hace y se fomenta la

participación, colectividad, creatividad y otros principios fundamentales en el ser humano (2). No obstante, la promoción de salud desde la pedagogía de la risa, es un tema polémico que exige claridad y precisión del enfoque metodológico aplicado, ello evita cometer incoherencias, orienta y garantiza una praxis significativa, generadora de un humor positivo.

Por todo lo anterior, sería interesante conocer los presupuestos psicopedagógicos y fisiológicos desde los que se abordó la estrategia educativa empleada, elementos que no aparecen descritos en el trabajo.

Diferentes autores (3, 4), notifican el beneficio de la risoterapia para prevenir y tratar el estrés, el dolor, mejorar la capacidad de enfrentamiento a situaciones adversas y el funcionamiento inmunológico, estado de ánimo y liberación de energía negativa del organismo. Ello se debe a que el córtex cerebral expelle impulsos eléctricos negativos un segundo después de comenzar a reír. Se plantea, que la risa libera varios inmunomediadores y disminuye las concentraciones de cortisol para proteger el sistema inmunitario. También se señala el aumento de las células natural killer (NK), justificado por el efecto del sistema nervioso autónomo sobre el sistema inmune asociado al humor (3). Gelkopf y colaboradores (4) afirman, que el buen humor influye favorablemente en los estados siquiátricos, reduce la ansiedad y el estrés, favorece el juicio, el entendimiento, la percepción y aumenta la sociabilidad e interacción personal.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. *La metodología participativa como herramienta para el desarrollo de procesos socioeducativos para la promoción de la salud. Precisiones metodológico-técnicas para el fortalecimiento de conductas protectoras y la prevención de conductas de riesgo en la adolescencia. [Internet] [citado: junio 21 de 2013]. Disponible en: <http://www.binass.sa.cr/adolescencia/todas/precisiones%20metodologico-tecnicas.pdf>*
2. Echeverría H, Gómez G. *Lo lúdico como componente de lo pedagógico, la cultura, el juego y la dimensión humana. [Internet] [citado: junio 21 de 2013]. Disponible en: <http://blog.utp.edu.co/areaderecreacionpcdyr/files/2012/07/LO-LUDICO-COMO-COMPONENTE-DE-LO-PEDAGOGICO.pdf>*
3. Sakuragi S, Sugiyama Y, Takeuchi K. *Effects of laughing and weeping on mood and heart rate variability. J Physiol Anthropol. 2002;21(3):159-165.*
4. Gelkopf M, Gonen B, Kurs R, Melamed Y, Bleich A. *The effect of humorous movies on inpatients with Chronic Schizophrenia. J Nervous Mental Disease. 2006;194 (11):880-883.*

MSc. Ana Morales Perzil, Profesora Asistente, Investigador Agregado. Correo: amperzil@infomed.sld.cu

Dra. Omarys Chang Calderín, Profesora Asistente. Correo: chang@elacm.sld.cu

Dr. Nibaldo de los Ángeles Robert Pozo, Profesor Asistente. Correo: nibaldorobert@elacm.sld.cu

Escuela Latinoamericana de Medicina. Carretera Panamericana Km 3 ½ Santa Fe, Playa, La Habana, Cuba. CP 19148.