Un Manual para Promotores de Salud

Programa de Salud Comunitaria
Clínica Esperanza y Caridad
Un ministerio de salud de la Iglesia Episcopal Dominicana
San Pedro de Macorís, República Dominicana

Fuentes

Normas de la **Secretaria de Estado de Salud Pública y Asistencia Social**
Materiales de la **Secretaria de Estado de la Mujer**
Materiales de la **Fiscalía de la Provincia de San Pedro de Macorís**

Los sitios de red fueron visitados en octubre y noviembre del año 2009

- **Wikipedia**
  - ✓ http://es.wikipedia.org/wiki/Violencia
- **Centro para el Padre Efectivo**: "Tiempo de descanso como método para disciplina"
  - ✓ www.parenting-ed.org/Spanish%20handouts/Discipline/Time%20Out%20As%20A%20Discipline%20Technique.htm
- **Clearing House on Early Education and Parenting**: "La disciplina positiva"
  - ✓ http://ceep.crc.uiuc.edu/eecearchive/digests/1994/disci94s.html
- **Monografias.com**: "La Violencia", "Valores Humanos"
  - ✓ http://www.monografias.com/trabajos15/la-violencia/la-violencia.shtml
  - ✓ http://www.monografias.com/trabajos15/valores-humanos/valores-humanos.shtml
- **Psicología Online**: "La Violencia Intrafamiliar"
  - ✓ http://www.psicologia-online.com/colaboradores/paola/violencia/index.htm
- **El Universal**.com.mx: "El abuso de alcohol en las mujeres genera violencia"
  - ✓ http://www.eluniversal.com.mx/grafico/62632.html
- **Renuevo de Plenitud**: "Mejorando la Comunicación en la Familia"
  - ✓ http://www.renuevodeplenitud.com/mejorando-la-comunicacion-en-la-familia.html
- **Cuentos para Dormir:** Página de "Cuentos con Valores"
  - ✓ http://cuentosparadormir.com/faq
- **Ambiente Joven**: "Violencia Domestica: ¿Qué hacer?"
  - ✓ http://www.ambientejoven.org/temas/2004/violencia_domestica.htm
- **American Academy of Child and Adolescent Psychology**: "Las Amenazas de los Ninos: Cuando Hay Que Tomarlas en Serio?"; "Cuando un Nino Pelea o Muerde"; "Comprendiendo el Comportamiento Violento de Ninos y Adolescentes"; "Los Hijos de Alcoholicos"; y "Los Adolescentes: el Alcohol y Otras Drogas"
  - ✓ http://www.aacap.org/cs/root/facts_for_families/informacion_para_la_familia/las_amenazas_de_los_ninos_cuando_hay_que_tomarlas_en_serio_no_65
  - ✓ http://www.aacap.org/cs/root/facts_for_families/informacion_para_la_familia/cuando_un_nino_pelea_o_muerde_no_81
  - ✓ http://www.aacap.org/cs/root/facts_for_families/informacion_para_la_familia/comprendiendo_el_comportamiento_violento_de_ninos_y_adolescentes_no_55
  - ✓ http://www.aacap.org/cs/root/facts_for_families/informacion_para_la_familia/los_hijos_de_alcoholicos_no_17
  - ✓ http://www.aacap.org/cs/root/facts_for_families/informacion_para_la_familia/los_adolescentes_el_alcohol_y_otras_drogas_no_3

Contenido

	Página
Fuentes de Datos	2
Introducción	
El ¿por qué? de la Violencia Domestica	5
Niveles de la Sociedad	6
Abuso de la Mujer	6
Abuso Infantil	7
La Violencia en las Etapas de la Vida	8
El Ciclo de Violencia (Un dibujo)	10
Valores	11
Los Valores Familiares	11
Valores: ¿Qué son?	13
Los Valores de la Familia Son Esenciales	14
Inventar un Cuento	17
Manejo de Conflicto	18
La Disciplina	20
La Comunicación	22
El Alcohol, las Drogas y la Violencia Familiar	25
¿Por qué la gente no denuncia la violencia?	26
Anexos:	
CUENTOS CON VALORES	
➢ EL REY INDIGNO	28
➢ EL SARTENAZO	30
➢ EDUARDO Y EL DRAGÓN	32
➢ LA PLANTA CARNÍVORA Y EL CARNICERO	32
➢ LA GENEROSIDAD CUENTA	33
➢ EL MEJOR GUERRERO DEL MUNDO	34
UNA MUESTRA DE TEORÍAS Y MODELOS EN LA PROMOCIÓN DE SALUD	36

Hecho por:

Programa de Salud Comunitaria
Clínica Esperanza y Caridad
Calle Sánchez # 9, Sector Miramar
San Pedro de Macorís, SPM
República Dominicana

Tel: +1 809 526-7731

Un ministerio de salud de la Iglesia Episcopal Dominicana

Febrero 2010

Introducción

La problemática de la violencia es un fenómeno social que está afectando a la población de todo el mundo, siendo difícil encontrar una realidad social que no esté afectada por el problema o en vías de vivir las consecuencias del fenómeno de la violencia. Son múltiples las causas que obedecen al acto como tal y las circunstancias de quien comete el hecho.

La violencia es definida como: Calidad de violento, Acción violenta, Acción de violentar o violentarse, Efecto de violentar o violentarse, Acción de violar.

Se han creado tipologías para caracterizar de algunas formas el fenómeno con el propósito de explicarlo y aplicarlo al contexto en que se desarrolle; ya que es la única forma de responder poco a poco hacia su erradicación o bien su prevención.

En este manual trataremos sobre violencia intrafamiliar o violencia domestica.

La violencia domestica, violencia familiar o intrafamiliar comprende todos aquellos actos violentos, desde el empleo de la fuerza física hasta el manotaje, acoso o la intimidación, que se produce en el seno de un hogar y que perpetra al menos un miembro de la familia contra otro u otros.

Normalmente se considera que la violencia domestica se da entre adultos de una edad similar o de descendientes a ascendientes. La violencia hacia los menores suele denominarse abuso de menores. Este tipo de violencia (domestica) puede ser ejercida hacia su cónyuge, o hijos, por un hijo hacia sus progenitores o entre hermanos. No siempre se ejerce por el más fuerte física o económicamente dentro de la familia, sino que con frecuencia son razones puramente sicológicas las que impiden a la victima defenderse y habitualmente no se produce de forma aislada, sino que sigue un patrón constante en el tiempo.

El ¿por qué? de la violencia doméstica:

Primero hay una raíz cultural histórica. Durante mucho tiempo nuestra sociedad ha sido muy machista, el hombre ha creído que tiene el derecho primario a controlar, a disciplinar con severidad, incluso a abusar de la vida de la mujer y de los hijos. Eso ha sucedido bajo la apariencia del rol económico del hombre, proveedor de la alimentación.

Segundo Otra causa es la cultura actual. La gente se tira de los pelos. ¿Por qué pasa esto? El modelo presente de nuestra sociedad está reforzando el uso de la fuerza para resolver los problemas. Por eso el abusador usa la fuerza física, para mantener el poder y el control sobre la mujer, porque ha aprendido que la violencia es efectiva para obtener ese fin de control y como ellos no han sufrido las consecuencias, las mujeres se han callado.

Niveles de violencia en la sociedad

La violencia doméstica ocurre en todos los niveles de la sociedad, no solamente en las familias pobres. En las familias ricas sucede lo mismo. Lo que pasa es que una mujer a quien le dieron una paliza, si tiene dinero, se va tranquilamente a una clínica privada y allí no ha pasado nada. Las que son pobres tienen que ir al hospital y allí los médicos dicen: “A esta mujer la han golpeado” y la policía se encarga de eso.

Entre blancos, negros, amarillos, católicos, judíos, protestantes y evangélicos; entre todos, existe la violencia doméstica. Pero no por ser protestantes o católicos, sino, por su forma de ser.

Abuso de la mujer

¿Por qué se mantiene la mujer en esta relación?

La persona abusada se vuelve codependiente de su marido (el agresor), aún después de ser golpeada. Es frecuente escuchar esta frase: "Es que yo lo quiero tanto". Personas que llevan años soportando golpes dicen: "Yo no me separo porque lo quiero". Es imposible querer a una persona que te está tratando como si fueras un animal, eso es depender de esa persona.

Otro motivo por el cual algunas mujeres no se separan de este problema de codependencia, es que las anima la familia y la familia le anima lamentablemente la Iglesia, a permanecer con el abusador. Sobre todo la familia les aconseja que mantengan esa relación por "el bien de tus hijos". "¿Cómo vas a dejar a tus hijos sin padre?", les dicen.

¿Qué es mejor, tener un padre que golpea a su madre y que luego golpeará a sus hijos, o no tener padre? Se les hace mucho más daño a los hijos cuando ven que su padre golpea a su madre. Para los niños pequeños la madre es la base de toda su vida, la base de su afectividad, la base de su seguridad. Si una madre es golpeada, sus hijos se derrumban afectivamente. Es mucho mejor separase. No estamos a favor del divorcio, pero la separación es, a veces, menos dañina.

A veces las mujeres no se separan y sufren en silencio por miedo a perder su seguridad económica y la de sus hijos. Esto sucede sobre todo en la mujer que no tiene educación.
Otras veces no se separan debido a las amenazas de más violencia o de muerte, si intentan separarse. "Si le dices algo a la policía te mato".

Cuando se pregunta a algunas mujeres por qué aguantaron maltrato durante años, la respuesta más común es ésta: "Por mis hijos; no quería que se criaran sin un padre". Parece una respuesta válida, pero si la analizamos profundamente descubrimos su inconsistencia. Sucede que en una situación de violencia los hijos también sufren. El crecimiento en una atmósfera de miedo, tensión y terror influirá negativamente en su desarrollo emocional y más tarde se manifestará en el abandono escolar, en el uso de drogas, en desórdenes psicológicos y en violencia y delincuencia.

En muchos casos influye el factor económico. Soportan cuanta vejación venga con tal de no perder la seguridad económica para sí y sus hijos. Se trata generalmente de mujeres con poca preparación académica, conscientes de que sin el marido no podrían vivir cómodamente.
Lo peor es que la mujer repetidamente abusada se destruye psicológicamente. Su yo, su identidad individual. Eso la incapacita para tomar las decisiones correctas. Cae en la ambivalencia afectiva ("¡Qué bueno es él cuando no me golpea!"); su autoestima queda por los suelos hasta creer ella misma que merece tales insultos y golpes.

Cuando una persona cae a ese nivel, su capacidad de decisión queda prácticamente anulada, porque el principio vital está herido de muerte. Si a una persona así aplastada se le amenaza con un "Si me denuncias, te mato", se sentirá paralizada. Quizás en un último intento de supervivencia reaccione, pero usando las mismas armas que a ella la han destruido.

El amor no debe doler. El amor implica confianza, protección, respeto a los gustos del otro, comunicación, caricias, ayudas al crecimiento emocional y espiritual. Consiste en compartir la vida con alegría, dialogar sobre las diferencias y preferencias, y respetar la integridad física, moral y espiritual de la persona amada. Las mujeres que aguantan una relación abusiva indefinidamente acaban perdiendo su salud física y mental, se enferman, toda la familia termina enferma. Las mujeres en situaciones abusivas pierden su autoestima. No saben protegerse, ni se dan cuenta del peligro que corren.

Abuso Infantil

¿Cómo evitar la violencia contra los niños?

Los niños (definidos por la Naciones Unidas como los menores de 18 años) pueden sufrir dos tipos de violencia:

1. malos tratos por parte de los padres y cuidadores de menores de 14 años.
2. la violencia sufrida en la comunidad por adolescentes de 15 a 18 años.

Estos dos tipos de violencia pueden evitarse actuando sobre las causas y los factores de riesgo específicos de cada uno de ellos

Los malos tratos por parte de los padres y cuidadores pueden evitarse:

- reduciendo los embarazos no deseados;
- reduciendo el uso nocivo del alcohol y las drogas ilícitas durante el embarazo;
- reduciendo el uso nocivo del alcohol y las drogas ilícitas por parte de los nuevos padres;
- mejorando el acceso a servicios de atención prenatal y posnatal de gran calidad;
- haciendo que los hogares de los niños con alto riesgo de sufrir malos tratos sean visitados por enfermeros y asistentes sociales;
- proporcionando a los padres formación en materia de desarrollo infantil, métodos disciplinarios no violentos y capacidad de resolución de problemas.

A su vez, la violencia contra los niños en el seno de la comunidad puede evitarse:

- integrando a los niños pequeños en programas de enriquecimiento pre-escolar que les den una iniciación educativa;
- proporcionando formación en materia de aptitudes para la vida;
- ayudando a los adolescentes de alto riesgo a que completen su escolarización;
- reduciendo la disponibilidad del alcohol a través de la promulgación y aplicación de leyes sobre licencia de venta, imposición fiscal y precios de las bebidas alcohólicas;
- limitando el acceso a las armas de fuego.

Aumentando la eficiencia de la asistencia pre hospitalaria y de la atención médica de urgencias se puede reducir el riesgo de muerte, el tiempo de recuperación y el nivel de discapacidad a largo plazo debido a la violencia.

Toda violencia contra los niños, y en particular el maltrato infantil en los 10 primeros años de vida, constituye un problema en sí mismo y un importante factor de riesgo de otras formas de violencia y problemas de salud a lo largo de toda la vida. Por ejemplo, en un estudio reciente de la OMS se ha calculado que los abusos sexuales en la infancia explican aproximadamente:

- 6% de los casos de depresión
- 6% de los casos de abuso/dependencia del alcohol y las drogas
- 8% de los intentos de suicidio
- 10% de los casos de trastorno de pánico
- 27% de los casos de trastorno de estrés postraumático

Otros estudios también han relacionado los malos tratos físicos, los abusos sexuales y otros acontecimientos adversos en la infancia con el consumo excesivo de tabaco, los trastornos alimentarios y los comportamientos sexuales de alto riesgo, que a su vez están relacionados con algunas de las principales causas de muerte, como el cáncer y las enfermedades cardiovasculares.

Cuando los niños vean abuso entre los adultos, o entre padres e hijos y no existe una persona que pueda decir que ésta no es la manera para resolver los conflictos, van a pensar que esto es lo normal. (Debe existir alguien que les muestre que hay opciones; como negociar, discutir y colaborar.)

La Violencia en las Etapas de la Vida

La violencia tiene un efecto profundo sobre *la mujer*. Empieza antes del nacimiento, en algunos países, con abortos selectivos según el *sexo*. O al nacer, cuando los padres desesperados por tener un hijo varón pueden matar a sus bebés del *sexo femenino*. Y sigue afectando a la mujer a lo largo de su vida. Todos los años, millones de niñas son sometidas a la mutilación de sus genitales. Las niñas tienen mayor *probabilidad* que sus hermanos de ser violadas o agredidas sexualmente por miembros de su *familia*, por personas en posiciones de *poder* o confianza, o por

personas ajenas. En algunos países, cuando una *mujer* soltera o adolescente es violada, puede ser obligada a contraer *matrimonio* con su agresor, o ser encarcelada por haber cometido un acto "delictivo". *La mujer* que queda embarazada antes del *matrimonio* puede ser golpeada, condenada al ostracismo o asesinada por sus familiares, aunque el *embarazo* sea *producto* de una violación.

Después del matrimonio, el riesgo mayor de violencia para la mujer sigue habitando en su propio hogar, donde su esposo y, a veces *la familia política*, puede agredirla, violarla o matarla. Cuando la mujer queda embarazada, envejece o padece *discapacidad* mental o *física*, es más vulnerable al ataque.

La mujer que está lejos del hogar, encarcelada o aislada de cualquier forma es también objeto de agresión violenta. Durante un *conflicto* armado, las agresiones contra la mujer aumentan, tanto de parte de las fuerzas hostiles como de las "aliadas".

Cuando hablamos de violencia creemos que solo es "dar golpes", pero estamos equivocados. Existen varios tipos de violencias, entre ellos podemos citar: ***Física, Sicológica, Sexual, Espiritual y Patrimonial.***

Definiciones

***Violencia*:** Es un comportamiento deliberado y consiente que puede provocar daños corporales o mentales a la víctima.

***Violencia de Género*:** Es aquella que se ejerce de un sexo hacia otro. Por lo general el concepto nombra a la violencia contra la mujer donde el sujeto pasivo es la persona del género femenino

***Violencia Intrafamiliar*:** Es la acción u omisión que el integrante de un grupo familiar ejerce contra otro y que produce un daño no accidental en el aspecto físico o psíquico.

***Abuso Infantil*:** Nuestras Leyes definen el abuso infantil como toda acción ú omisión, que interfiere negativamente en el sano desarrollo físico, psicológico o sexual de un niño, niña ó adolescente.

***Maltrato Sicológico*:** Es una forma de maltrato, que a diferencia del maltrato físico, este es sutil y más difícil de percibir o detectar. Se manifiesta a través de palabras hirientes, descalificaciones, humillaciones, gritos e insultos.

Violencia es todo lo que causa
VERGUENZA, MIEDO, DOLOR, PENA, SUFRIMIENTO, ANGUSTIA, MUERTE.
Tipos de violencia:
FISICA
Golpes, mordidas, patadas, empujones, trompadas, heridas.
PSICOLÓGICA
Eres gorda, no sirves, te voy a dejar, eres bruta, estúpida, no me salgas de la casa.
SEXUAL
Relación forzada con amenaza, con intimidación, formas no deseadas.
PATRIMONIAL
Destrucción, ocultamiento y venta de muebles, ropas, artículos del hogar, terrenos, vivienda.
A QUIÉN AFECTA LA VIOLENCIA
A la mujer, a los hijos a las hijas, a la familia, a la comunidad, a la sociedad
CONOZCAMOS EL CÍRCULO DE LA VIOLENCIA
PASO 1
TENSION
Mal carácter: le grita, la humilla, la acosa.
PASO 2
LA CRISIS
Se violenta, la empuja, le pega, le tira piedras, le amaga con armas, la corta con navajas.
PASO 3
ARREPENTIMIENTO
EL: le llora, la besa, le promete que cambiará, le pide perdón, le regala cosas.
ELLA: lo justifica y le da otra oportunidad.

Valores

Los Valores familiares

Los valores familiares entre los miembros de una familia establecen relaciones personales que entrañan afinidad de sentimientos, de afectos e intereses que se basan en el respeto mutuo de las personas.

La familia es la comunidad donde desde la infancia se enseñan los valores y el adecuado uso de la libertad. Las relaciones personales y la estabilidad familiar son los fundamentos de la libertad, de la seguridad, de la fraternidad en el seno de la sociedad. Es por esto que en la familia se inicia la vida social.

Es en la familia donde se enseñan los primeros valores; valores que serán sustento para la vida en sociedad y a lo largo de la vida de la persona. Entre otros se destacan los siguientes:

La alegría:

La alegría es un valor que se siembra primeramente en el seno familiar. Es en el núcleo familiar donde se procura que los miembros se ayuden unos a otros en sus necesidades, en la superación de obstáculos y dificultades, así como el compartir los logros y éxitos de los demás.

En el fondo lo que se fomenta es dejar el egoísmo a un lado, buscando el bien y compartir con el otro. Cuando nos centramos en nuestras preocupaciones y no estamos dispuestos a ayudar a los que nos rodean somos egoístas. El egoísta no suele ser una persona alegre. Es en este darse a los demás miembros de la familia donde se obtiene la alegría.

La alegría no depende de las circunstancias o de las facilidades que puede presentar la vida y tampoco consiste en tener cosas. Este valor tiene su fundamento en lo profundo de la persona, no es sino la consecuencia de una vida equilibrada, de una coherencia entre lo que pensamos y lo que hacemos, el tener una mente y un cuerpo sanos.

La generosidad:

La generosidad es uno de los valores que se fomentan en la vida familiar. Entendiendo por generosidad el actuar en favor de otras personas desinteresadamente y con alegría. Hacer algo por otras personas puede traducirse de diferentes maneras, por ejemplo, dar cosas, prestar juguetes, dar tiempo para escuchar y atender a otro miembro de la familia, saludar, perdonar.

Se notará una actitud generosa en una persona que se esfuerza por hacer la vida agradable a los demás miembros de la familiar.

El respeto:

El respeto hacia los demás miembros es otro de los valores que se fomentan dentro de la familia, no sólo respeto a la persona misma, sino también a sus opiniones y sentimientos. Respeto hacia las cosas de los demás miembros, respeto a su privacidad, respeto a sus decisiones, éstas, por supuesto, adecuadas a la edad de la persona. Es en la familia donde el niño aprende que tanto él o ella como sus ideas y sentimientos merecen respeto y son valorados.

La justicia:

La justicia se fomenta en el seno de la familia al establecerse lo que corresponde a cada miembro de la misma. Recordemos que la justicia consiste en dar a cada uno lo que les corresponde. Una persona que se esfuerza constantemente por respetar los derechos de los demás y le da a cada uno lo que debe, tiene la virtud de la justicia.

La responsabilidad:

La responsabilidad supone asumir las consecuencias de los propios actos, no solo ante uno mismo sino ante los demás. Para que una persona pueda ser responsable tiene que ser consciente de sus deberes y obligaciones, es por ello, de gran importancia que los hijos tengan sus responsabilidades y obligaciones muy claras. Por ejemplo, el niño debe tener claro que es su responsabilidad la calidad y el esfuerzo en sus estudios, que debe poner el mayor trabajo y empeño en esta actividad, en beneficio propio y en respuesta a la oportunidad que le brindan sus padres.

El desarrollo de la responsabilidad en los hijos es parte del proceso educativo, esto con vista a la participación de los hijos en la vida familiar primero, y a la vida en sociedad después, de una manera responsable y autónoma.

La lealtad:

La lealtad surge cuando se reconocen y aceptan vínculos que nos unen a otros, de tal manera que se busca fortalecer y salvaguardar dichos vínculos así como los valores que representan. La aceptación y el reconocimiento de este vínculo no se centra hacia el futuro, como una posibilidad, sino que es una realidad actual. Este vínculo no pasa con el tiempo, es profundo, suele madurar y fortalecerse a la larga.

Es en la familia donde surgen y se fortalecen este tipo de vínculos, por ejemplo, un niño pequeño aprende a ser leal al esforzarse por ayudar a los demás, al procurar hacer todo lo que pueda para cumplir con lo que sus padres le dicen que es bueno. Se muestra lealtad entre los hermanos al apoyarse, defenderse y ayudarse ante las dificultades, ante la amenaza de personas o circunstancias ajenas a la familia.

Conviene aclarar que ser leal a los papás, por ejemplo, no significa aprobar una conducta errónea de los mismos, sino el respetar y cuidar su buen nombre, se trata de ser sincero con ellos, además de ayudarlos a superar las dificultades.

Lo mismo ocurre al ser leal a la patria, esto no supone ocultar o negar los males y deficiencias que en ella puedan existir, sino el proteger, reforzar y participar en la vivencia de los valores de la misma.

La autoestima:

La autoestima es uno de los valores fundamentales para el ser humano maduro, equilibrado y sano. Este valor tiene sus raíces y fundamentos en el núcleo familiar.

Se entiende por autoestima la visión más profunda que cada persona tiene de sí misma, influye de modo decisivo en las elecciones y en la toma de decisiones, en consecuencia conforma el tipo de vida, las actividades y los valores que elegimos.

Desde niños vamos construyendo el concepto de nosotros mismos de acuerdo a los mensajes recibidos de nuestros padres, hermanos, familiares, amigos y maestros. Es la suma de la autoconfianza, el sentimiento de nuestra valía personal y de nuestra capacidad. Ésta se basa en la variedad de pensamientos, sentimientos, experiencias y sensaciones que hemos ido acumulando a lo largo de nuestra vida, pero principalmente a lo largo de nuestra infancia y adolescencia.

Si queremos construir una personalidad fuerte y equilibrada, es de vital importancia que como padres hagamos sentir a nuestros hijos que son dignos de ser queridos con un amor incondicional, es decir, no condicionado a su comportamiento, calificaciones o actitudes.

Elevar la autoestima de nuestros hijos es de vital importancia, ya que contribuimos a que desarrolle la convicción de que es estimado y valorado, que es competente para enfrentarse a la vida con confianza y optimismo, y que es merecedor de la felicidad.

Valores: ¿Qué Son?

Los valores familiares son fuertes creencias personales acerca de lo que es importante y lo que no es importante; lo que es bueno y lo que es malo; lo que es correcto y lo que es incorrecto. Cada familia tiene un grupo diferente de valores que tienen significado para ellos. Algunas familias incluyen honestidad y amistad como valores importantes. Otras familias eligen educación o cooperación como primera prioridad en sus valores familiares.

Muchas familias no se detienen a pensar sobre sus valores. Ellos pueden no explorar la idea de como sus valores encajan en el mundo de hoy. Sin embargo, los valores que cada familia elige, afectan...

- Lo que ellos hacen en su tiempo libre
- La forma en que gastan su dinero
- Lo que ellos comen y la manera en que se visten
- La manera en que ellos se relacionan entre sí
- Los valores le dan significado y dirección a cada aspecto de la vida familiar

La mayoría de valores se desarrollan viviendo en una familia y cultura específica. En la medida que los niños crecen y se desarrollan, ellos son expuestos a valores de otras personas en la escuela, parques y otros eventos sociales. Los niños pueden confundirse por la diferencia entre valores. Los padres necesitan hablar acerca de los valores y porqué son importantes estos

aspectos particulares para toda la familia. Ellos también deben ayudar a los niños a respetar los valores de otras personas.

Los valores pueden cambiar a través de la vida. La familia sienta las bases para que los valores de los niños crezcan cuando:

- Saben cuáles son sus valores
- Saben por qué fueron elegidos
- Hablan de los valores con sus hijos
-

Los valores de la familia son esenciales

Todas las personas desean vivir los valores de la familia, como el amor, el cuidado, la intimidad, la aceptación, el compromiso y la responsabilidad compartida.

Otros valores de la familia se basan en los principios por los que podemos definir las normas de lo correcto y lo incorrecto, la forma de lograr objetivos de salud y felicidad, y los medios prácticos para el éxito.

En esta sección queremos proponerte alternativas para convertir momentos cotidianos en oportunidades para tratar temas relacionados con diferentes valores familiares como la igualdad, interculturalidad, trabajo, generosidad, la alegría, sinceridad, respeto, protección de la naturaleza, reciedumbre, vida social, obediencia, orden, fomentar valores como la solidaridad y empatía y potenciar el desarrollo de capacidades cooperativas.

Se orienta con el referente de los derechos humanos universales. En ellos se identifica la dignidad de la persona como el bien esencial alrededor del cual se definen un conjunto de derechos válidos para todos y todas, independientemente de cualquier diferencia física, económica o cultural.

La referencia a los derechos humanos apunta a valores de una alta significación ética que se constituyen en formas de vida ideales y en comportamientos deseables. Los valores que emanan de la dignidad humana hacen referencia a la libertad, la igualdad y la fraternidad. Estos bienes comparten la remisa de que las personas son valiosas en sí mismas, que requieren trato digno y libertad para realizarse como seres humanos plenos.

A lo largo de su vida, las personas se adhieren a valores de distinto tipo, lo cual es parte de su desarrollo y libertad personales. Para alcanzar un marco ético de convivencia plural y armónica, basado en unos valores deseablemente compartidos por todos, la escuela puede y debe educar en aquellos que derivan de los derechos humanos y, por ello, considerados universales.

En ese sentido, los valores que aborda el calendario se basan en el respeto a la dignidad humana. Son incluyentes, porque en un diálogo que apele a la razón, difícilmente encontraríamos detractores a los mismos; son valores de los que todos queremos disfrutar, independientemente de nuestra cultura, religión o convicción política.

Son valores universales también porque son aspiraciones que no declinan, aparecen siempre como imperativos indispensables, casi esenciales de la naturaleza humana. No es concebible una época en la que la amistad, la tolerancia, la solidaridad no sean condiciones deseables para nuestra existencia. Actitudes como el esfuerzo y la autorregulación son requisitos necesarios para realizar los valores compartidos por la humanidad.

Los valores familiares:

- ¿Cómo ayudar a su hijo durante los primeros años de la adolescencia?
- ¿Qué puedo hacer para que mi hijo desarrolle valores morales y sepa distinguir entre lo bueno y lo malo?

Todos queremos que nuestros hijos desarrollen el respeto y la compasión por otras personas. Queremos que sean honestos, decentes y considerados—que sepan defender sus principios, cooperar con otros y actuar responsablemente. Queremos que tomen decisiones morales. Las recompensas que otorga infundir los valores morales de un jovencito son enormes: los muchachos que crecen con valores fuertes, consistentes y positivos son más felices, se destacan más en sus estudios y están más propensos a contribuir más a la sociedad.

Hable con su hijo sobre los buenos valores y por qué son importantes. Así como los niños necesitan ser guiados académicamente, también deben ser educados en los valores de una sociedad civil—valores como amar al prójimo; el dinero hay que ganarlo con un trabajo honrado; decir la verdad y ser honesto; respetar a los demás, respetar su propiedad y respetar sus opiniones; y asumir responsabilidad por las decisiones que uno toma.

En ***palabra*** y en ***hechos***, los padres juegan un papel importante ayudando a sus hijos a distinguir entre lo bueno y lo malo y entre lo correcto y lo no correcto.

Muchas de las amenazas a nuestros hijos hoy en día no por casualidad suceden, si no porque así lo escogieron—cosas como beber alcohol y manejar, fumar, coger las drogas, entrar en la actividad sexual y dejar el colegio.

Las investigaciones indican que los jóvenes que ejercen un comportamiento riesgoso tienen mas probabilidad de ejercer otros, por lo tanto los padres deben ayudar a sus hijos a entender los riesgos y las consecuencias potenciales de sus decisiones—no sólo en el futuro inmediato si no durante toda la vida.

Afortunadamente la mayoría de los jovencitos comparten los valores de sus padres en sus aspectos más importantes. Sus prioridades y principios, así como su buen ejemplo del buen

comportamiento le puede enseñar a sus adolescentes a tomar el camino correcto a pesar de que el camino fácil sea muy tentador. Estas son algunas formas que usted le puede ayudar a su hijo a desarrollar valores morales:

- Si usted persiste en terminar un deber difícil, su hijo estará más inclinado a terminar su tarea y sus deberes.
- Cuando usted se niega a beber alcohol antes de manejar, su hijo se fija.
- Cuando usted acepta una pérdida en la cancha de baloncesto con gracia, su hijo aprende que el ganar no es el todo.
- Si su hijo ve que sus padres se tratan con respeto, este es el ejemplo que llevará consigo en sus relaciones y en su matrimonio.
- Cuando su hijo ve que sus padres aprecian a las personas de todas las razas y religiones, es más probable que tenga amistades diversas.
- Cuando usted le señala a la cajera que le entregó cambio de un billete de diez dólares y usted le dio un billete de cinco, su hijo ve cómo funciona la honestidad en acción.
- Cuando su hijo observa a sus padres tomar decisiones difíciles—"Vamos a comprar un auto usado para poder ahorrar dinero para las vacaciones familiares"—se da cuenta.
- Si usted acepta los fracasos como parte íntegra de la vida—si usted se levanta y sigue adelante—es más probable que su hijo aprenda a sobrevivir las penas de la vida.
- Si usted tiene la capacidad de reírse de sus propios errores, su hijo será más capaz de aceptar sus imperfecciones.
- Si usted se ofrece como voluntario en un albergue, será más probable que su hijo demuestre compasión por los menos afortunados.

Sus prioridades y principios, así como su buen ejemplo del buen comportamiento le puede enseñar a sus adolescentes a tomar el camino correcto a pesar de que el camino fácil sea muy tentador.

Su actitud ante el dinero y las posesiones también moldean las actitudes de su hijo. Si usted cree que su valor y el de otros se define en términos materiales, como los carros, las casas, los muebles y ropa bonita, es más probable que su hijo adopte las mismas actitudes. Es muy importante que usted cumpla con las ***necesidades*** de su hijo, pero debe guiarlo para que sepa discernir la diferencia entre lo que ***necesita*** y lo que ***quiere***. La chaqueta de cuero cara que ***tiene que comprar*** puede ser una buena compra, si tiene los fondos.

Al darle un salario usted le ayuda a comprender el valor del dinero. Usted decide cuánto le da tomando en cuenta sus recursos, la edad de su hijo y qué gastos se supone que cubra con esta cantidad (almuerzos, ropa, donativos para la iglesia, entretenimiento y otras cosas). Un salario permitirá que su adolescente aprenda a ahorrar y a gastar el dinero con sensatez.

Naturalmente que los padres quieren compartir información y dar consejos que encuadren con sus valores morales y religiosos. Los expertos en desarrollo infantil nos dicen que los padres generalmente son más adeptos a dar información sobre los detalles biológicos reproductivos que en hablar sobre lo que más importa: los valores que gobiernan sus actitudes sobre la sexualidad. Para poder tomar buenas decisiones los adolescentes necesitan tener información confiable sobre "los detalles de la vida" que también considere los valores de la familia.

Algunos padres descubren que es más fácil transmitir sus valores morales a sus hijos cuando pueden apoyarse en el consejo y la participación de otros padres de familia. Muchos padres obtienen apoyo de sus iglesias, sinagogas, mezquitas u otras instituciones religiosas.

En algún momento los padres se sentirán desalentados y frustrados mientras sus hijos se enfrentan a la adolescencia. ("No puedo creer que mi hijo haya hecho algo tan estúpido y desconsiderado. ¿Qué hice mal?") En general, no es necesario el pánico cuando su hijo se comporta de una manera que contradice sus normas—siempre y cuando no lo haga con regularidad. El mal comportamiento debe reconocerse y enfrentarse. Pero en estos momentos, hay que recordar nuestros propios tropiezos como adolescentes—y la mayoría de nosotros acabamos bien, ¿qué no?

Los adolescentes tienden a buscar a los padres más que a sus amigos cuando se trata de qué planes hacer después de la secundaria.

INVENTAR UN CUENTO

Herramienta para enseñarle valores a los(as) niños(as)

Cómo inventar un cuento genial cada día en apenas un minuto
Había una vez un papá que quería educar a sus hijos a través de los cuentos. Investigando, encontró muchos consejos, pero le pareció tan difícil, que decidió abandonarlo.

Ese mismo día, su hija llegó a él llorando: "¡¡no puedo atarme la zapatilla, es muy difícil, buaa!!! ¡nunca podré hacerlo!". Su padre le animó: "ya verás cómo sí; es muy fácil, sólo tienes que esforzarte y practicar un poco". Y al decir estas palabras, se dio cuenta de que él había sido el primero en abandonar algo aquel día...

Así que aquella noche inventó un cuento para sus hijos, aunque no salió muy bien. La noche siguiente lo intentó de nuevo, y fue algo mejor. Al cabo de unos días, tras practicar y seguir aprendiendo, resultó que sus cuentos eran estupendos, y se habían convertido en el mejor momento del día junto a sus hijos.

Pocos son los que tienen tiempo para poder buscar un cuento nuevo cada día para poder contar a sus hijos. La única solución rápida sería inventarlo sobre la marcha, pero la gran mayoría de padres no se consideran lo suficientemente creativos como para inventar un nuevo cuento cada día. Sin embargo, es mucho más fácil de lo que parece, y aquí le presento una pequeña guía con los pasos a seguir para crear cuentos nuevos cada día.

Así que, en resumen, a la hora de elaborar un cuento, habrá que tener:

- Decidir lo que quiero transmitir con el cuento, la moraleja.
- Elegir unos personajes,
- Ambientarlos en algún lugar del tiempo y del espacio,
- Presentar un problema o dificultad, y
- Resolverlo, aplicando la moraleja de la historia.
- Si deseas ver algunos ejemplos de cuentos que enseñan valores, favor ver el anexo

El Manejo de Conflictos

Dicen que hay tres cosas seguras en esta vida: Impuestos, Muerte y Conflictos.

Todo puede producir conflictos en el hogar: matrimonio, hijos, estrés, agotamiento... Pero el problema real no es el conflicto, sino más bien qué hacemos para solucionarlo: ¿gritamos? ¿Salimos corriendo? ¿Nos hundimos? ¿Nos insultamos?

Afrontemos los problemas con serenidad y de manera constructiva, pensemos que nuestros hijos aprenderán de nosotros a afrontar los conflictos e imitaran lo que vean en casa. ¿Sabes quién sufre más cuando dos elefantes se pelean? La hierva. En cada conflicto matrimonial piensa en tus hijos, porqué ellos son los que más pueden sufrir.

→ ¿Se encuentra que usted y su esposo(a) discuten sobre los mismos temas continuamente?

→ ¿Desearía que los problemas que enfrenta desaparecieran, pero en cambio, le parece que cada día aumentan más?

→ ¿Ha recurrido a usar tácticas hirientes en la conversación?

Usted no está solo en su lucha con los conflictos que surgen en el matrimonio. Muchas parejas tienen problemas de comunicación. A menudo ocurre que las parejas en vez de aprender destrezas para solucionar los problemas, se enfocan más en mejorar sus destrezas para "pelear las batallas".

Esta hoja informativa ha sido diseñada para ayudarle a desarrollar destrezas en la comunicación y también ofrecerle algunas sugerencias sobre como manejar conflictos. Estas sugerencias pueden ser usadas con su pareja, a medida que comienza a desarrollar una relación saludable.

Estableciendo las Reglas

- Estar de acuerdo de que solo se va a examinar una situación a la vez.
- Estar de acuerdo para lidiar con la situación a la mayor brevedad posible y luego continuar con las demás situaciones.
- Estar de acuerdo en que otras personas no son parte de la discusión. Ustedes dos son los únicos que necesitan ponerse de acuerdo para poder resolver la situación.
- Estar de acuerdo en que se va a atacar la situación, no el uno al otro. Estar de acuerdo cuándo debe de cesar la discusión y cuándo debe de comenzar nuevamente.

Siguiendo las Reglas de Juego

- Conozca los sentimientos de su pareja. No permita que la situación interfiera con el respeto que se tiene el uno para el otro.
- Reconozca cuando se ha discutido lo suficiente. Si se encuentra repitiendo lo mismo, significa que debe de proseguir con otro tema

- Refiérase a usted, (yo) cuando quiera comunicar lo que siente, en vez de a la otra persona, (usted) para evitar que su pareja se sienta atacada.
- Concéntrese en la situación que se esté discutiendo en el momento.
- Desconecte la televisión o la radio.
- Si es necesario, busque un lugar donde puedan estar solos y donde no haya interrupciones.

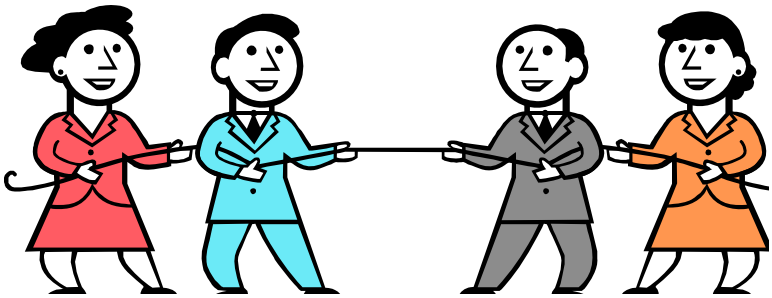
Experiencias que producen los Conflictos

Una vez que ha aprendido el arte de cómo manejar conflictos, comenzará a apreciar los beneficios y recompensas de una relación saludable.

Tener argumentos cuando se hacen con propiedad, es visto como algo saludable en el desarrollo de una relación. El truco está en aprender a ser un experto en el manejo del juego.

- Debatir cuando se hace de una manera positiva, ayuda a aumentar la intimidad.
- Razonar ayuda a las parejas a entender los sentimientos que tienen el uno para el otro.
- Discutir une a las parejas.
- Analizar ayuda a las parejas en el desarrollo de la percepción y respeto hacia las necesidades de cada uno.
- Socializar ayuda al crecimiento de una relación. No es necesario que halla un ganador o perdedor en cada batalla. Cuando usted se convierte en un experto en el manejo de conflictos ambos conjugues, son ganadores.

La familia fue diseñada por Dios con el fin de ser de apoyo a cada uno de sus miembros y para promover las relaciones y el desarrollo de todos nosotros. Pero lo que más seguridad da a los hijos es ver que sus padres son un equipo. Que están unidos y comprometidos a construir un hogar.



La Disciplina

Los primeros objetivos de la disciplina son proteger a su hijo del peligro y enseñarle distinguir entre el bien y el mal. La palabra ***disciplina*** significa ***enseñar***.

Existen varias maneras para disciplinar a los niños sin gritar o golpear.

Palabras

- Demuestre que usted entiende por qué su hijo quiere hacer algo que usted no quiere que haga.
- Dé una razón breve para explicar por qué usted no puede hacer lo que ella quiere.
- Dé una solución o una alternativa.
- Recuérdele que hay otras opciones.
- Comunique a su hijo que usted cree que tiene la capacidad de hacer lo correcto.

Refuerzo positivo de los comportamientos deseados.

Haga que sus elogios del buen comportamiento sean específicos; por ejemplo, "Gracias por estarte quieto". Los refuerzos materiales sólo deben ser utilizados para un problema de comportamiento por vez, y cuando el elogio no haya dado buenos resultados por sí solo.

Técnicas para cambiar comportamiento no deseado

- Distracción de su hijo cuando se esté portando mal
- Pasar por alto el mal comportamiento (alejarse del niño, darle la espalda, evitar el contacto visual e interrumpir cualquier conversación con su hijo)
- Desaprobación verbal y no verbal ("No" o "¡Basta!")
- Dirección manual (sacarlo o moverlo físicamente)
- Suspensión temporal o aislamiento social
- Restricción de los lugares donde el niño puede portarse mal
- Retardo de un privilegio **("primero el trabajo y luego la diversión**")
- Mensajes de "yo" **(**"Me molesta cuando haces tal y tal cosa".) Los mensajes de “tu” todo el tiempo a veces resultan en una reacción defensiva.
- Negociación y conferencias familiares: mientras los niños crecen, se puede usar más.

Consecuencias naturales

Por ejemplo: llegar tarde a la cena significa que la comida estará fría)

Consecuencias lógicas

Por ejemplo: apagar la televisión si los niños se están peleando a causa de ella.)

Tiempo de descansar (suspensión temporal) Esta es una técnica o un programa completo. Como un programa completo hay que seguir la forma sin variar para ver los resultados, La consistencia al usar este método es muy importante.

Hay tres tipos de problemas para los cuales se debería usar este método: a los niños que no obedecen las reglas de los padres, a los niños que se portan de manera inaceptable, y por comportarse de manera peligrosa.

El método consiste en mandar al niño a un lugar seleccionado para descansar que esté lejos de otros personas, juguetes, u otra diversión. El niño permanece en su silla durante un minuto por cada año de edad, en silencio. Su tiempo no comienza hasta que el niño está quieto. Tampoco los padres pueden hablar con el niño durante este tiempo. . Esta consecuencia debe ocurrir inmediatamente, no se debe posponer.

Cuando ya existen problemas de conducta …
Haga una lista de los problemas de conducta.

1. Establezca prioridades para corregir los problemas de conducta
2. Decide cual castigo va a implementar para cada tipo de mala conducta(mire la lista de técnicas)
3. Suspenda temporalmente los castigos físicos.
   Casi todos los niños que están fuera de control son demasiado agresivos. El castigo físico les enseña que está bien ser agresivo por ejemplo, golpear o lastimar a otra persona para resolver los problemas.
4. Deje de gritar
   Su hijo responderá mejor a un tono de voz agradable y palabras diplomáticas
5. Confirme y elogie el progreso de su hijo

Guías generales para establecer reglas

Exprese cada mal comportamiento mediante una regla clara y concreta.

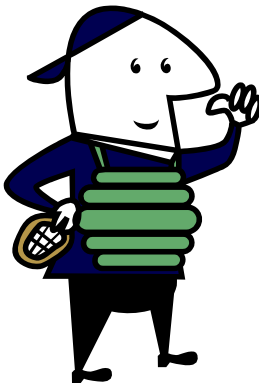
Cuanto más pequeño sea el niño, tanto más concreta debe ser la regla. Algunos ejemplos son:' No empujes a tu hermano "y "No me interrumpas cuando hablo por teléfono".

Exprese también el comportamiento que usted considera aceptable, deseado, adaptable y apropiado.

Por ejemplo: "Camina, no corras". Haga que sus elogios de buen comportamiento sean específicos, por ejemplo, "Gracias por estarte quieto".

No haga caso del mal comportamiento de poca importancia o consecuencia.

Cuantas más reglas tenga, tanto menos probable es que su hijo las obedezca. Por lo general, la crítica constante no da buenos resultados.

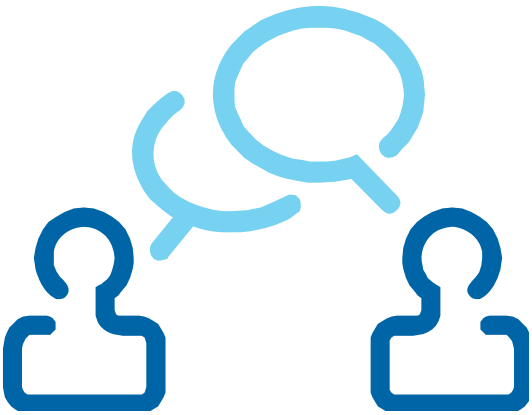


Adopte reglas que sean justas y que su hijo pueda respetar.
Las reglas deben adaptarse a la edad de su hijo. Un niño no debe ser castigado por torpeza cuando esté aprendiendo a caminar, ni por mala pronunciación cuando esté aprendiendo a hablar. Además, no debe castigarse a un niño por el comportamiento que es parte del desarrollo emocional normal, tal como el temor de ser separado de sus padres o los accidentes en el aprendizaje de la higiene personal.

Aplique las reglas en forma firme y regular.

La Comunicación

Dice una cita bíblica: *"Todo hombre sea pronto para oír, tardo en hablar, y tardo en airarse"*. Pero ¿Cuántas veces nos gritamos en vez de hablar?



La comunicación sincera, transparente, en la que se hable, se escuche y se comprenda, es a la familia como la savia al árbol.

La comunicación auténtica y honesta permite que todos expresen cómo se sienten, qué quieren y qué piensan, sin reproches ni críticas.

¿Y no es la intimidad sexual una forma de comunicación? ¿Y qué comunicas? ¿Deseo u obligación? ¿Interés en el placer del otro o egoísmo? ¿Amor o resignación?

En toda comunicación debe haber respeto y amor.

La Buena Comunicación tiene algunos Elementos Fundamentales:

- ✓ Escuchar con atención
- ✓ Evitar interrumpir
- ✓ Interés por la persona
- ✓ Saber preguntar
- ✓ Aprender a ceder
- ✓ Sinceridad ante todo
- ✓ Comprender los sentimientos de los demás

No interpretes equivocadamente los gestos, movimientos o entonación con que se dicen las cosas, hay personas que hacen demasiado énfasis al hablar. Primero pregunta y aclara antes de formarte un juicio equivocado.

La manera en que comienzan a comunicarse los esposos forma la base de la comunicación en familia. Los elementos fundamentales de la buena comunicación les ayuda a las parejas a comprenderse uno a otro y negociar acuerdos; también, discutir no suponer evita algunos problemas futuros.

Ejemplos:

1. "La pareja supone que está de acuerdo en los asuntos importantes del matrimonio y nunca lo discuten en detalles por temor de ofender al otro.
2. La pareja sabe que no está de acuerdo en algunas cosas, pero no le da importancia y no saben hasta que punto está en desacuerdo. No puede resolver sus diferencias porque nunca hablan de ello.
3. La pareja pretende estar de acuerdo el uno del otro, cuando en realidad no lo están.
4. Ambos piensan que después del matrimonio lograrán convencer el uno al otro en cuanto a sus puntos de vista.
5. Ambos creen que el gran amor que se tienen vencerá todos los obstáculos y dificultades y que al fin y al cabo esos son temas del futuro. Lo triste es que cuando sus esperanzas no se cumplan se sentirán profundamente desilusionados. Es muy importante que la pareja haga uso correcto de la comunicación y dialogue seriamente sobre lo que cree, supone y espera el uno del otro como marido y mujer.

Modos de Comunicación

¿Es la Verdad? ¿Es Agradable? ¿Es Necesario?

Comunicación Funcional

" ¡Queda en el Círculo! "

1. ***Informar***
2. ***Rogar Pedir***
3. ***Animar***
4. ***Escuchar***
5. ***Aclarar***
6. ***Enfocar***
7. ***Elucidar incongruencias***
8. ***Resolver***
9. ***Colaborar***

Ejemplos de Modos de Comunicación Disfuncionales

Discutir	Defender	Justificar	Estar disgustado
Evitar	Desatender	Culpar	Resistir
Gritar	Sermonear	Reclamar	Criticar
Interrumpir	Evadir	Reprender	Atacar
Impedir	Retirar	Rebajar	Negar

Profundizar en cosas innecesarias

El Alcohol, las Drogas y la Violencia Intrafamiliar

El **alcohol** y las **drogas** son factores de riesgo en la violencia familiar, ya que reducen los umbrales de inhibición, pero no producen la violencia. La combinación de modos violentos para la resolución de conflictos con adicciones o alcoholismo suele aumentar el grado de violencia y su frecuencia.

Se encuentran presente en por lo menos 50% de los casos de violencia domestica.

Pero muchos golpeadores no abusan ni de las drogas ni del alcohol, y muchos abusadores de drogas o alcohol no son violentos. Son dos problemas separados que deben ser tratados por separado.

Del otro lado, niños de padres abusivos tienen un chance de 50% de abusar al alcohol o a las drogas.

Cuando ya existe el problema …

Razones por las cuales las personas afectadas por violencia no hacen denuncia
Existen factores internos y externos que limitan a las personas que son maltratadas o violentadas a divulgar o expresar su condición. Entre ellos podemos ver los siguientes:

Factores Inhibidores

Factores Internos

- *Sentimiento de vergüenza*
- *Temor, miedo de amenazas*
- *Temor a la crítica de la gente*
- *Expectativa de cambio del comportamiento de su cónyuge o esposo/a*
- *Manipulación del/de la agresor(a) y dinámicas del ciclo de la violencia*
- *Idea de lo que ocurre en el interior de la familia es privado*
- *La desesperanza o impotencia aprendida*

Factores Externos

- *Los hijos e hijas*
- *Seguridad del hogar*
- *La falta de dinero*
- *La falta de trabajo*
- *Presiones familiares y sociales*
- *Contextos sociales con la historia de violencia*
- *Actitudes negativas de los prestadores y/o prestadoras de servicios e inadecuadas*
- *Respuestas institucionales*

Factores Impulsores

Factores Internos

- *Convencimiento de que el agresor no va a cambiar*
- *Convencimiento de que los recursos personales se ha agotado*
- *Enojo y desamor*
- *Estado de saturación con la situación*
- *Ponerse metas y proyectos propios*

Factores Externos

- *La violencia misma ejercida contra ella misma*
- *Violencia contra hijos e hijas*
- *Apoyo de personas cercanas*
- *Favorables*
- *Información precisa y servicios de calidad*

Anexos:

CUENTOS CON VALORES

- EL REY INDIGNO
- EL SARTENAZO
- EDUARDO Y EL DRAGÓN
- LA PLANTA CARNÍVORA Y EL CARNICERO
- LA GENEROSIDAD CUENTA
- EL MEJOR GUERRERO DEL MUNDO

UNA MUESTRA DE TEORÍAS Y MODELOS EN LA PROMOCIÓN DE SALUD

EL REY INDIGNO

Había una vez un rey rico y poderoso, dotado de gran inteligencia, y aún mayor soberbia. Tal era su orgullo, que nadie le parecía un rival digno para disfrutar de su afición favorita, el ajedrez, e hizo correr la voz de que daría la décima parte de sus riquezas a quien mostrara tener la dignidad suficiente. En cambio, si el rey no lo consideraba digno, sería decapitado de inmediato.

Muchos arriesgaron sus vidas desafiando al orgulloso rey. Fueran ricos o pobres, torpes o inteligentes, el rey los encontraba siempre indignos, pues o no eran sabios jugadores, o no podían rivalizar con su poder. Con el tiempo, desaparecieron los temerarios rivales, y el rey comprobó satisfecho que no había en la tierra nadie digno de enfrentarse a él.

Años después, un pobre mendigo se acercó a palacio con la intención de jugar contra el rey. De nada sirvieron las palabras de aquellos con quienes se cruzó, que trataban de evitarle una muerte segura, y consiguió llegar al rey, quien al ver su harapiento aspecto no podía creer que a aquel hombre se le hubiera pasado por la cabeza ser un digno rival suyo.

- ¿Qué te hace pensar que eres digno de enfrentarte a mí, esclavo?- dijo el rey irritado, haciendo llamar al verdugo.

- Que te perdono lo que vas a hacer. ¿Serías tú capaz de hacer eso?- respondió tranquilo el mendigo.

El rey quedó paralizado. Nunca hubiera esperado algo así, y cuanto más lo pensaba, más sentido tenía las palabras de aquel hombre. Si le condenaba a muerte, el mendigo tendría razón, y resultaría más digno que él mismo por su capacidad para perdonar; pero si no lo hacía, habría salido con vida, y todos sabrían que era un digno adversario... Sin haber movido una ficha, se supo perdedor de la partida.

- ¿Cómo es posible que me hayas derrotado sin jugar? Juegue o no juegue contigo, todos verán mi indignidad.- dijo el rey abatido.

- Os equivocáis, señor. Todos conocen ya vuestra infamia, pues no son las personas las indignas, sino sus obras. Durante años habéis demostrado con vuestras acciones cuán

infame e injusto llegasteis a ser tratando de juzgar la dignidad de los hombres a vuestro antojo.

El rey comprendió su deshonra, y arrepentido de sus crímenes y su soberbia, miró al mendigo a los ojos. Vio tanta sabiduría y dignidad en ellos, que sin decir palabra le entregó su corona, y cambiando sus vestidos, lo convirtió en rey. Envuelto en los harapos de aquel hombre, y con los ojos llenos de lágrimas, su última orden como rey fue ser encerrado para siempre en la mazmorra más profunda, como pago por todas sus injusticias.

Pero el nuevo rey mostró ser tan justo y tan sabio, que sólo unos pocos años después liberó al anterior rey de su castigo, pues su arrepentimiento sincero resultó el mejor acompañamiento para su gran inteligencia, y de sus manos surgieron las mejores leyes para el sufrido reino ley de "ojo por ojo, y diente por diente" no es solución a nada; si algo puede solucionar las cosas, es saber perdonar.

Idea y enseñanza principal	Ambientación	Personajes
Todas las personas tienen la misma dignidad independientemente de su poder, riquezas o habilidades. Sólo las obras pueden ser indignas	Un reino lejano	Un rey y un pobre mendigo

EL SARTENAZO

La rana Renata era la mejor cocinera de los pantanos y a su selecto restaurante acudían todas las ranas y sapos de los alrededores. Sus *"moscas en salsa de bicho picante"* o sus *"alitas de libélula caramelizadas con miel de abeja"* eran delicias que ninguna rana debía dejar de probar, y aquello hacía sentirse a Renata verdaderamente orgullosa.

Un día, apareció en su restaurante Sopón dispuesto a cenar. Sopón era un sapo grandón y un poco bruto, y en cuanto le presentaron los exquisitos platos de Renata, comenzó a protestar diciendo que aquello no era comida, y que lo que él quería era una buena hamburguesa de moscardón. Renata acudió a ver cuál era la queja de Sopón con sus platos, y cuando este dijo que todas aquellas cosas eran "pichijiminadas", se sintió tan furiosa y ofendida, que sin mediar palabra le arreó un buen sartenazo.

Menuda trifulca se armó. A pesar de que Renata enseguida se dio cuenta de que tenía que haber controlado sus nervios, y no dejaba de pedir disculpas a Sopón, éste estaba tan enfadado, que decía que sólo sería capaz de perdonarla si él mismo le devolvía el sartenazo. Todos trataban de calmarle, a sabiendas de que con la fuerza del sapo y la pequeñez de la rana, el sartenazo le partiría la cabeza. Y como Sopón no aceptaba las disculpas, y Renata se sentía fatal por haberle dado el sartenazo, Renata comenzó a hacer de todo para que le perdonara: le dio una pomada especial para golpes, le sirvió un exquisito licor de agua de charca e incluso le preparó… ¡Una estupenda hamburguesa de moscardón!

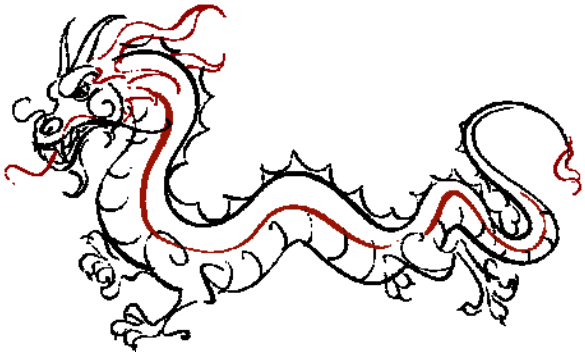
Pero Sopón quería devolver el porrazo como fuera para quedar en paz. Y ya estaban a punto de no poder controlarle, cuando apareció un anciano sapo caminando con ayuda de unas muletas. - *Espera Sopón*-dijo el anciano- *podrás darle el sartenazo cuando yo te rompa la pata. Recuerda que yo llevo muletas por tu culpa.*

Sopón se quedó paralizado. Recordaba al viejo que acababa de entrar. Era Sapiencio, su viejo profesor que un día le había salvado de unos niños gamberros cuando era pequeño, y que al hacerlo se dejó una de sus patas. Recordaba que todo aquello ocurrió porque Sopón había sido muy desobediente, pero Sapiencio nunca se lo había recordado hasta ahora...

Entonces Sopón se dio cuenta de que estaba siendo muy injusto con Renata. Todos, incluso él mismo, cometemos errores alguna vez, y devolver golpe por golpe y daño por daño, no hacía sino más daño. Así que, aunque aún le dolía la cabeza y pensaba que a Renata se le había ido la mano con el sartenazo, al verla tan arrepentida y haciendo de todo para que le perdonase, decidió perdonarle. Y entonces pudieron dedicar el resto del tiempo a reírse de la historia y saborear la rica hamburguesa de moscardón, y todos estuvieron de acuerdo en que aquello fue mucho mejor que liarse a sartenazos.

Idea y enseñanza principal	Ambientación	Personajes
La ley de "ojo por ojo, y diente por diente" no es solución a nada; si algo puede solucionar las cosas, es saber perdonar	Un restaurante de ranas junto a una charca	Una rana, un sapo y una sartén

EDUARDO Y EL DRAGÓN



Hubo una vez en la selva un leopardo muy nocturno. Apenas podía dormir por las noches, y tumbado sobre la rama de su precioso árbol, se dedicaba a mirar lo que ocurría en la selva durante la noche. Fue así como descubrió que en aquella selva había un ladrón, observándole pasar cada noche a la ida con las manos vacías, y a la vuelta con los objetos robados durante sus fechorías. Pero como aquel leopardo era un tipo muy tranquilo que vivían al margen de todo el mundo, no quiso decir nada a nadie, pues la cosa no iba con él.

Así, los animales llegaron a estar revolucionados por la presencia del sigiloso ladrón, del que prácticamente todos habían sido víctimas alguna vez, pero el leopardo siguió tranquilo en su árbol, disfrutando incluso cada noche con los viajes del ladrón.

Sin embargo, una noche el ladrón se tomó vacaciones, y después de esperarlo durante largo rato, el leopardo se cansó y decidió dormir un rato. Cuando despertó, se descubrió en un lugar muy distinto del que era su hogar, flotando sobre un pequeño lago, aún subido al árbol. Estaba en un pequeño lago dentro de una cueva, y a su alrededor pudo ver todos aquellos objetos que noche tras noche había visto robar... ¡el ladrón había cortado el árbol y había robado su propia casa con él dentro!. Aquello era el colmo, así que el leopardo, aprovechando que el ladrón no estaba por allí, escapó corriendo, y al momento fue a ver al resto de animales para contarles dónde guardaba todas sus cosas aquel ladrón...

Todos alabaron al leopardo por haber descubierto al ladrón y su escondite, y permitirles recuperar todas sus cosas. Y resultó que al final, quien más salió perdiendo fue el leopardo, que no pudo replantar su magnífico árbol y tuvo que conformarse con uno mucho peor y en un sitio muy aburrido... y se lamentaba al recordar su indiferencia con los problemas de los demás, viendo que a la larga, por no hacer nada, se habían terminado convirtiendo en sus propios problemas.

Idea y enseñanza principal	Ambientación	Personajes
La indiferencia frente a los problemas de los demás los hace crecer tanto que pueden terminar siendo un problema para nosotros mismos	La selva	Un leopardo

LA PLANTA CARNÍVORA Y EL CARNICERO

Flora era una planta carnívora, pero carnívora de verdad, que vivía en un supermercado junto al puesto de Paco, su gran amigo carnicero. Paco la trataba con cariño y atención y siempre tenía algún trocito de carne que darle al final de cada día. Pero un día, Flora no recibió su ración de carne, y al día siguiente tampoco, y empezó a preocuparse tanto, que decidió espiar a Paco.

Así fue como descubrió que el carnicero no le daba nada de carne porque guardaba grandes trozos en una gran caja amarilla. Haciéndose la despistada, Flora llegó a pedirle un poco de aquella comida guardada en la caja, pero Paco respondió muy severo que no, y añadió:

- ¡Ni se te ocurra, Flora! No se te ocurra tocar la carne de esa caja.

La planta se sintió dolida, además de hambrienta, y no dejaba de pensar para quién podría estar reservando el charcutero aquellas delicias. Con sus malos pensamientos se fue llenado de rabia y de ira, y aquella misma noche, cuando no quedaba nadie en la tienda, llegó a la caja, la abrió, y comió carne hasta ponerse morada...

A la mañana siguiente, justo cuando llegó Paco para descubrir el robo, Flora comenzó a sentirse fatal. Su amigo le preguntó varias veces si había sido ella quien había cogido la carne, y aunque comenzó negándolo, viendo la preocupación y el nerviosismo del charcutero, decidió confesar.

- ¿Pero qué has hecho, imprudente?- estalló Paco- ¡¡Te dije que no la tocaras!! ¡Toda esa carne estaba envenenada!! Por eso llevo días sin poder darte apenas nada, porque nos enviaron un cargamento estropeado...

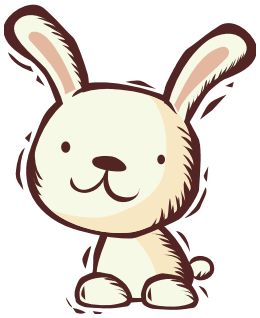
A la carrera, tuvieron que ir a buscar un quimijardioveterinario con un invernadero-hospital que pudo por poco salvar la vida de Flora, quien se pasó con grandes dolores de raíces y cambios de colores en las hojas durante las siguientes dos semanas. El susto fue morrocotudo para todos, pero al menos la planta aprendió que obedecer las normas puestas por quienes más nos quieren, es mucho más seguro que obrar por nuestra cuenta sin más.

Idea y enseñanza principal	Ambientación	Personajes
Detrás de todas las órdenes dadas por quienes más nos quieren siempre está la intención de ayudarnos y protegernos, aunque pueda parecernos que no es así.	Un supermercado	Un carnicero y una planta carnívora

MOSTRAR QUE LA GENEROSIDAD Y EL DAR A LOS DEMÁS SUELEN REVERTIR EN UNO MISMO DE LA FORMA MÁS IMPREVISTA Y MÁS GRANDIOSA.

La Generosidad Cuenta

Hubo una vez en un lugar una época de muchísima sequía y hambre para los animales. Un conejito muy pobre caminaba triste por el campo cuando se le apareció un mago que le entregó un saco con varias ramitas. *"Son mágicas, y serán aún más mágicas si sabes usarlas"* El conejito se moría de hambre, pero decidió no morder las ramitas pensando en darles buen uso.



Al volver a casa, encontró una ovejita muy viejita y pobre que casi no podía caminar. *"Dame algo, por favor"*, le dijo. El conejito no tenía nada salvo las ramitas, pero como eran mágicas se resistía a dárselas. Sin embargó, recordó como sus padres le enseñaron desde pequeño a compartirlo todo, así que sacó una ramita del saco y se la dio a la oveja. Al instante, la rama brilló con mil colores, mostrando su magia. El conejito siguió contrariado y contento a la vez, pensando que había dejado escapar una ramita mágica, pero que la ovejita la necesitaba más que él. Lo mismo le ocurrió con un pato ciego y un gallo cojo, de forma que al llegar a su casa sólo le quedaba una de las ramitas.

Al llegar a casa, contó la historia y su encuentro con el mago a sus papás, que se mostraron muy orgullosos por su comportamiento. Y cuando iba a sacar la ramita, llegó su hermanito pequeño, llorando por el hambre, y también se la dió a él.

En ese momento apareció el mago con gran estruendo, y preguntó al conejito *¿Dónde están las ramitas mágicas que te entregué? ¿qué es lo que has hecho con ellas?*

El conejito se asustó y comenzó a excusarse, pero el mago le cortó diciendo *¿No te dije que si las usabas bien serían más mágicas? ¡Pues sal fuera y mira lo que has hecho!*

Y el conejito salió temblando de su casa para descubrir que a partir de sus ramitas, ¡¡todos los campos de alrededor se habían convertido en una maravillosa granja llena de agua y comida para todos los animales!!

Y el conejito se sintió muy contento por haber obrado bien, y porque la magia de su generosidad hubiera devuelto la alegría a todos.

EL MEJOR GUERRERO DEL MUNDO

LA PAZ Y LA NO VIOLENCIA

Caucasum era un joven valiente, experto espadachín, que soñaba con convertirse en el mejor guerrero del mundo. En todo el ejército no había quien le venciera en combate, y soñaba con convertirse en el gran general, sucediendo al anciano cobardón que ocupaba el puesto. El rey le apreciaba mucho, pero el día que le contó su sueño de llegar a ser general, le miró con cierto asombro y le dijo:

- Tu deseo es sincero, pero no podrá ser. Aún tienes mucho que aprender.

Aquello fue lo peor que le podía pasar a Caucasum, que se enfureció tanto que abandonó el palacio, decidido a aprender todas las técnicas de lucha existentes. Pasó por todo tipo de gimnasios y escuelas, mejorando su técnica y su fuerza, pero sin aprender nuevos secretos, hasta que un día fue a parar a una escuela muy especial, una gris fortaleza en lo alto una gran montaña. Según le habían contado, era la mejor escuela de guerreros del mundo, y sólo admitían unos pocos alumnos. Por el camino se enteró de que el viejo general había estudiado allí y marchó decidido a ser aceptado y aprender los grandes secretos de la guerra.

Antes de entrar en la fortaleza le obligaron a abandonar todas sus armas. *"No las necesitarás más. Aquí recibirás otras mejores"*. Caucasum, ilusionado, se desprendió de sus armas, que fueron arrojadas inmediatamente a un foso por un hombrecillo gris. Uno de los instructores, un anciano serio y poco hablador, acompañó al guerrero a su habitación, y se despidió diciendo *"en 100 días comenzará el entrenamiento"*.

¡Cien días! Al principio pensó que era una broma, pero pudo comprobar que no era así. Los primeros días estaba histérico y nervioso, e hizo toda clase de tonterías para conseguir adelantar el entrenamiento. Pero no lo consiguió, y terminó esperando pacientemente, disfrutando de cada uno de los días.

El día 101 tuvieron la primera sesión. *"Ya has aprendido a manejar tu primera arma: la Paciencia"*, comenzó el viejo maestro. Caucasum no se lo podía creer, y soltó una breve risa. Pero el anciano le hizo recordar todas las estupideces que había llegado a hacer mientras estaba poseído por la impaciencia, y tuvo que darle la razón. *"Ahora toca aprender a triunfar cada batalla"*. Aquello le sonó muy bien a Caucasum, hasta que se encontró atado a una silla de pies y manos, subido en un pequeño pedestal, con decenas de aldeanos trepando para tratar de darle una paliza. Tenía poco tiempo para actuar, pero las cuerdas estaban bien atadas y no pudo zafarse. Cuando le alcanzaron, le apalearon.

El mismo ejercicio se repitió durante días, y Caucasum se convenció de que debía intentar cosas nuevas. Siguió fallando muchas veces, hasta que cayó en la cuenta de que la única forma de frenar el ataque era acabar con la ira de los aldeanos. Los días siguientes no dejó de hablarles, hasta que consiguió convencerles de que no era ninguna amenaza, sino un amigo. Finalmente, fue tan persuasivo, que ellos mismos le libraron de sus ataduras, y trabaron tal amistad que se ofrecieron para vengar sus palizas contra el maestro. Era el día 202.

-"Ya controlas el arma más poderosa, la Palabra, pues lo que no pudieron conseguir ni tu fuerza ni tu espada, lo consiguió tu lengua".

Caucasum estuvo de acuerdo, y se preparó para seguir su entrenamiento.
"Esta es la parte más importante de todas. Aquí te enfrentarás a los demás alumnos". El maestro le

acompaño a una sala donde esperaban otros siete guerreros. Todos parecían fuertes, valientes y fieros, como el propio Caucasum, pero en todos ellos se distinguía también la sabiduría de las dos primeras lecciones.

"Aquí lucharéis todos contra todos, triunfará quien pueda terminar en pie". Y así, cada mañana se enfrentaban los siete guerreros. Todos desarmados, todos sabios, llamaban al grupo de fieles aldeanos que conquistaron en sus segundas pruebas, y trataban de influir sobre el resto, principalmente con la palabra y haciendo un gran uso de la paciencia. Todos urdían engaños para atacar a los demás cuando menos lo esperasen, y sin llegar ellos mismos a lanzar un golpe, dirigían una feroz batalla...

Pero los días pasaban, y Caucasum se daba cuenta de que sus fuerzas se debilitaban, y sus aldeanos también. Entonces cambió de estrategia. Con su habilidad de palabra, renunció a la lucha, y se propuso utilizar sus aldeanos y sus fuerzas en ayudar a los demás a reponerse. Los demás agradecieron perder un enemigo que además se brindaba a ayudarles, y recrudecieron sus combates.

Mientras, cada vez más aldeanos se unían al grupo de Caucasum, hasta que finalmente, uno de los siete, llamado Tronor, consiguió triunfar sobre el resto. Tan sólo habían resistido unos pocos aldeanos junto a él. Cuando terminó y se disponía a salir triunfante, el maestro se lo impidió diciendo: *"no, sólo uno puede quedar en pie"*.
Tronor se dirigió con gesto amenazante hacia Caucasum, pero éste, adelantándose, dijo:

- ¿De veras quieres luchar? ¿No ves que somos 50 veces más numerosos? Estos hombres lo entregarán todo por mí, les he permitido vivir libres y en paz, no tienes ninguna opción.

Cuando dijo esto, los pocos que quedaban junto a Tronor se pusieron del lado de Caucasum. ¡Había vencido!

El maestro entró entonces con una sonrisa de oreja a oreja: *"de todas las grandes armas, la Paz es la que más me gusta. Todos se ponen de su lado tarde o temprano"*. El joven guerrero sonrió. Verdaderamente, en aquella escuela había conocido armas mucho más poderosas que todas las anteriores.

Días después se despidió dando las gracias a su maestro, y volvió a palacio, dispuesto a disculparse ante el rey por su osadía. Cuando este le vio acercarse tranquilamente, sin escudos ni armas, sonriendo sabia y confiadamente, le saludó:

- ¿Qué hay de nuevo, General?

Idea y enseñanza principal	Ambientación	Personajes
Siempre hay formas mejores de conseguir las cosas que a través de la violencia, con la que todos salen perdiendo	Una fortaleza en un reino lejano	Un rey, un joven guerrero y su maestro

UNA MUESTRA DE TEORÍAS Y MODELOS EN LA PROMOCIÓN DE SALUD

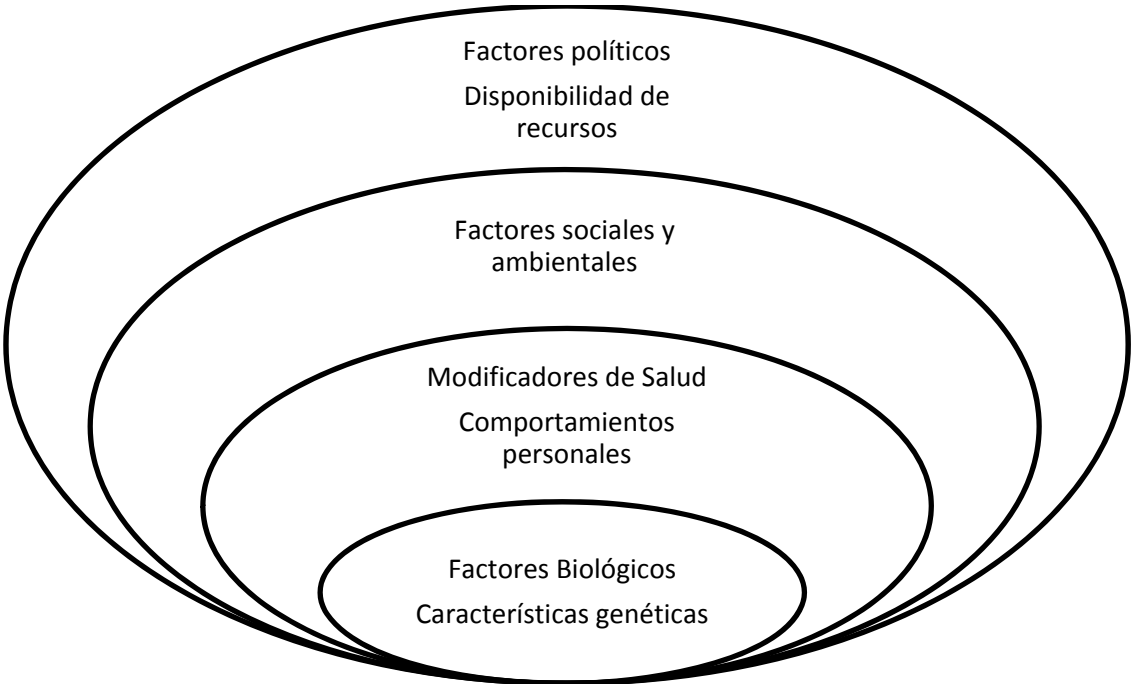
Teorías y modelos nos informan sobre asuntos variados en nuestros esfuerzos en la planificación de actividades e intervenciones para mejorar la salud.

Contextos básicos para mejorar la salud:

- Contexto Médico – prevención y tratamiento de enfermedades
- Contexto Educativo – con conocimientos adecuados, la gente puede elegir las alternativas saludables
- Contexto Social (social, cultural, física, ambiental) – los determinantes de salud son políticas

Niveles de determinantes que impactan la salud ~

Factores biológicos ❖ El comportamiento ❖ La sociedad y el ambiente ❖ La política

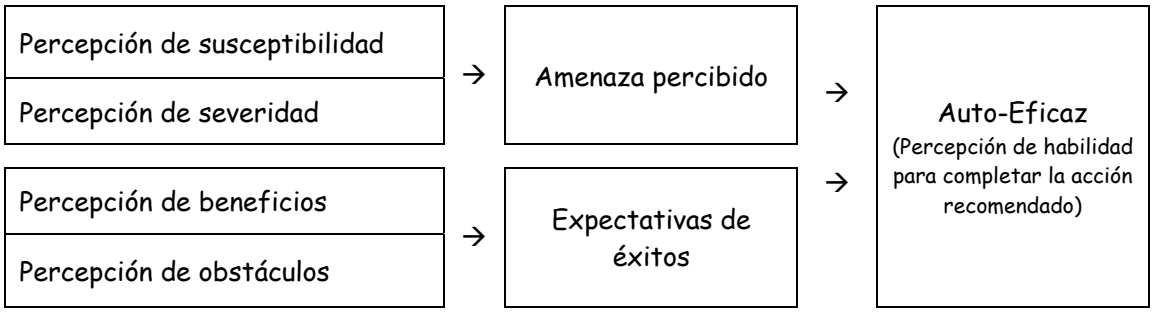


Programas dirigidos a niveles múltiples impactan un juego de determinantes de salud más amplio y tienen mejores resultados.

TEORÍAS Y MODELOS DE CAMBIOS INDIVIDUALES

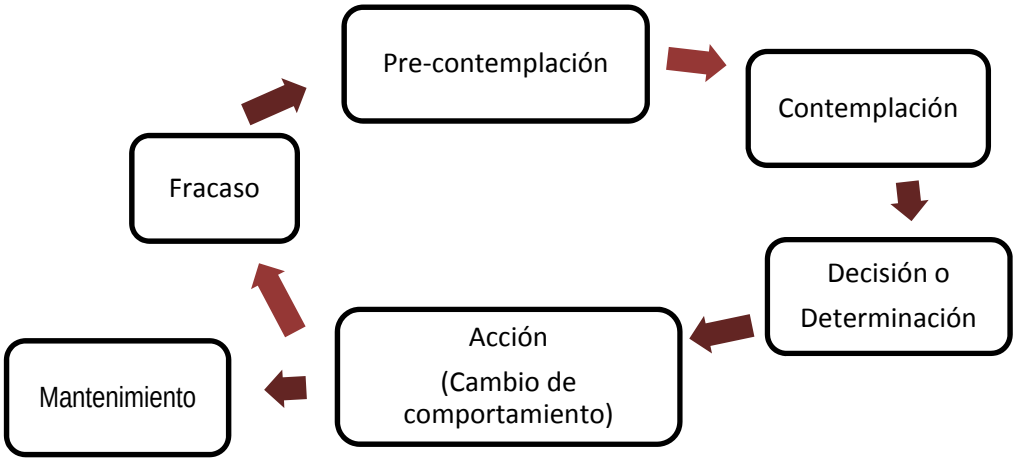
I. Teoría de Creencias de Salud

Cuatro categorías de creencias determinan las acciones de un individuo relacionado a su salud.



Más útil en estrategias de prevención tal como inmunización o proyectos para tamizar las enfermedades (menos relevantes en situaciones de comportamientos establecidos y complejos con determinantes sociales).

II. El ciclo de cambio (Modelo trans-teoretical)



El Ciclo de Cambio

1. No piensa en serio sobre un cambio (*Pre-contemplación*)
2. Piensa en un comportamiento diferente (*Contemplación*)
3. Decide a intentar a hacer un cambio (*Decisión*)
4. Se pone en práctica el cambio de comportamiento (*Cambio de Comportamiento*)
5. El resultado sea uno de los siguientes:
   - Sale del ciclo y mantiene el nuevo comportamiento
   - Fracasa y vuelve a los hábitos originales o intenta a hacer el ciclo otra vez

El modelo pone en consideración:

1) Necesidades variables
2) Necesidades transicionales
3) Intervenciones en secuencias

III. Modelo social cognitivo

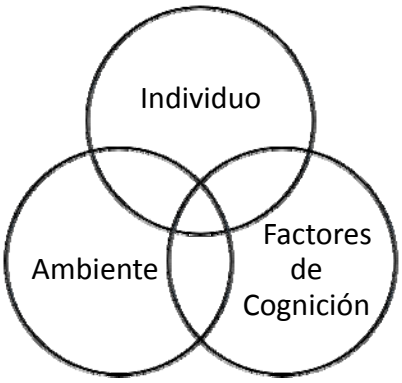
Ha sido aplicado extensivamente porque enfoca en los determinantes básicos de salud relacionados al comportamiento y los cambios en comportamiento.

Asume que las relaciones entre los individuos y su ambiente son sutiles y complejas.

Elementos en el modelo:

- El Individuo
- El Ambiente (físico, social, cultural, entre otros)
- Los Factores Personales Cognitivos

Determinismo reciproco – el individuo, el ambiente (social y física) y el comportamiento tienen interacciones constantemente y hacen efectos, uno a otro



Factores personales cognitivos: El aprender es: 1) a través de observación, 2) copiar los ejemplos de su compañeros y iguales, y 3) las expectativas significativas que podrían fijar la comprensión cognitiva individual (en otros palabras, las percepciones de su grupo paritario son importantes!)

Expectativas – Anticipar, valorar y evaluar los éxitos de las pautas diferentes de comportamiento. Tenemos que entender las creencias y motivaciones, y poner énfasis en los resultados ciertos del corto tiempo.

Auto-eficaz – Creencia en sus propias habilidades a realizar un comportamiento
El requisito más importante tener para cambiar conducta
Cuando hay más auto-eficacia → los esfuerzos para hacer cambios aumentan

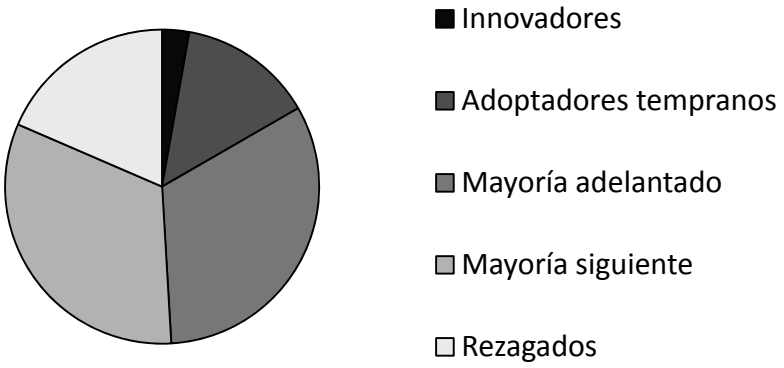
Aprendizaje participado y observacional (es como decir, las prácticas supervisadas y la repetición) → desarrollo de los conocimientos y las destrezas necesarias para cambiar el comportamiento

TEORÍAS PARA GUIAR LOS CAMBIOS COMUNITARIOS

I. **Teoría de difusión de innovación** – Cinco factores
- Características de las *personas 'adoptadores'* potenciales
- La velocidad de adopción
- La estructura del sistema social
- Características *de la innovación*
- Características de los *'agentes de cambio'*

✓ Características de las personas 'adoptadores'
(Fueron impactadas por edad, nivel socio-económico, educación, exposición a la media, entre otros)

Innovadores	2-3%
Adoptadores Tempranos	10-15%
Mayoría adelantado	30-35%
Mayoría siguiente	30-35%
Rezagados	10-20%



✓ Características de las innovaciones
- Compatibilidad – con los valores actuales socio-económicos y culturales
- Claridad de las ventajas – la utilidad, comodidad y prestigio de la innovación; así como el costo de la innovación
- Sencillez y flexibilidad – ¿Puede adaptar a circunstancias diferentes? ¿Es requerido aprender procesos nuevos?
- Reversibilidad y percepción de riesgo – si se parece de alto riesgo y/o no reversible → hay menos posibilidad que la innovación seria adoptada
- Visibilidad - ¿Puede ver la gente resultados en otros?

✓ Características de los 'agentes de cambio'
- ¿Son de la comunidad o exterior a la comunidad?
- ¿Es un modelo a imitar u otra persona que exige respeto?

II. Modelo de Comunicación-Modificación de Conducta

Aplica más a las campañas de educación pública

Estructura de tipos de aportaciones y producciones

Cinco aportaciones de comunicación

- **Fuente**: el grupo de personas o la organización que está enviando el mensaje impacta la credibilidad, claridad y pertenencia para las audiencias diferentes
- **Mensaje**: el contenido y la forma impacta la respuesta
- **Canal**: la media de entrega del mensaje (¿por radio, o TV, o personalmente?). Considerar el presupuesto y el costo de las opciones.
- **Receptor**: las características de la audiencia seleccionada. Una concordancia entre la audiencia seleccionada, el mensaje, y el canal para alcanzarla.
- **Destino**: producción especificada, tal como un cambio en actitudes, creencias o comportamiento

Doce pasos de producción

Los pasos se extienden de la exposición inicial al mensaje hasta los cambios de conducta

El modelo de Comunicación-Modificación de Conducta:

- Demuestra lo complicado en el desarrollo de una campaña pública de comunicación
- Muestra le extensión y visión de conjunto de los asuntos
- Funciona mejor en combinación con otros programas compresivos

Tabla: Resumen de teorías y modelos pertinentes a los áreas de acción

	Áreas de Acción para Cambiar	*Teorías o Modelos*
Individuos	Teorías que explican comportamiento en asuntos de salud y los cambios en comportamiento; enfocado en el individuo	• Creencias de salud • Teoría de acción razonable • Modelo trans-teoretical (ciclo de cambio) • Teoría de aprendizaje social
Comunidades	Teorías que explican cambios a niveles de comunidades y acciones comunitarias para mejorar la salud	• Movilización comunitaria o Planificación social o Acción social o Desarrollo comunitario • Difusión de innovación
Comunicaciones	Teorías que guiar las estrategias de comunicación para fomentar cambios en la salud	• Comunicación-Modificación de Conducta • Mercadeo social

Fuente: Nutbeam D y Harris E (2004). Theory in a Nutshell: A practical guide to health promotion theories. Sydney, NSW: McGraw-Hill.

Una Muestra de Teorías y Modelos en la Promoción de Salud

Selecciones de un documento preparado originalmente para una serie de talleres entra-muros sobre la promoción de salud
Unidad de Salud Comunitaria
Clínica Esperanza y Caridad
San Pedro de Macorís, República Dominicana

Compilado de fuentes variadas, principalmente de: Davies M y Macdowall W (2006). *Health Promotion Theory*. Maidenhead, Berkshire, England: Open University Press.

Violencia Intrafamiliar
Un Manual para Promotores de Salud

Programa de Salud Comunitaria
Clínica Esperanza y Caridad
Calle Sánchez # 9, Sector Miramar
San Pedro de Macorís, SPM
República Dominicana

Tel: +1 809 526-7731

Un ministerio de salud de la Iglesia Episcopal Dominicana

Febrero 2010