

Divulgación

## Érase una vez... la salud contada a los niños

Los cuentos son una herramienta muy útil para transmitir a los más pequeños qué son las enfermedades y cómo mantenerse sano.



**María Sánchez-Monge**

marzo 13, 2019



El **cuento antes de dormir** suele convertirse en un ritual ineludible que conecta a padres e hijos durante un rato mágico. Leer historias a los más pequeños contribuye a formar futuros lectores, pero también es una herramienta muy poderosa para la **transmisión de valores**. ¿Por qué no leerles una buena historia sobre la importancia de comer verduras o de protegerse del sol? Para Carles Cano Rodríguez, vocal de Comunicación y miembro del Grupo de investigación de Salud, Terapéutica y Calidad de Vida del Colegio de Pedagogos de Cataluña (Copec), en el ámbito de la salud, "los libros pueden ser de ayuda para que el niño tome contacto con **hábitos de autogestión de la salud** y modelos de **conducta positiva** que debe desarrollar".

El pedagogo advierte, no obstante, que "lo relevante es que tanto los contenidos del libro como la manera en que éstos se expresan e ilustran sean **adecuados a la competencia** de lectura y de comprensión, en general, del niño".

### El cuento, un gran aliado

Asimismo, explica que el cuento "puede inducir a fijar la atención, a conectar con el momento, con la relación con las personas presentes (en casos en que el cuento es explicado o leído por otra persona)".

Las historias que narran los **libros infantiles** también se perfilan como un recurso para describir a los niños las **enfermedades** que padecen sus padres y otras personas allegadas pero, tal y como comenta Cano, es fundamental que el contenido no sea "contradictorio con la actitud o la información que recibe el niño del adulto, ya sea información explícita o no explícita".

## ***Los martes, mi tío y los extraterrestres***

**Dídac Micaló Rebaque / Roger Ballabrera. Tramuntana. 2016.**

Los autores de esta historia han contado con el asesoramiento científico de Francesc Colom, psicólogo del Hospital Clínico de Barcelona.

En ella, se narra con un toque de humor lo que son **las emociones y el trastorno bipolar**.

El protagonista cuenta por qué los martes son tan especiales para él: su abuela le va a buscar al colegio y pasa la tarde con ella y su tío. Este último juega y gasta bromas algunos martes, pero otros está muy triste.



## ***El viaje de Brócoli***

**Pilar Serrano / Agnese Baruzzi. Nubeocho. 2019.**

**Comer verduras** es necesario porque aportan vitaminas, te ayudan a crecer, si no las tomas te pondrás malito...

Además de esta retahíla de razones para conseguir que los niños ingieran algo más que pasta o pollo, se les puede mostrar de forma lúdica la **importancia de las verduras**.

Los polluelos de este cuento no quieren comerse el brócoli, pero Mamá Gallina les explica que deben hacerlo porque este vegetal con forma de árbol no quiere perderse la fiesta de la barriga.



## ***El secreto de Stacey***

**Raina Telgemeier / Ann M. Martin. Maeva. 2019.**

*El club de las canguro* es una serie de libros para niños que, tras su gran éxito inicial, se han adaptado a distintos formatos; en este caso, la **novela gráfica**.

Su autora, Ann M. Martin, ha explicado a los lectores por qué decidió incluir un **personaje con diabetes**.

“Cada una de las miembros del club enfrenta sus propias dificultades. Pensé que sería interesante si un personaje enfrenta problemas físicos o médicos. Elegí la diabetes porque afecta a muchos niños y porque tengo dos amigos con diabetes”, señala la autora.







### ***Fernando se hace amigo del sol***

**Ricardo Ruiz Rodríguez / Olivia Girón Viforcós / M<sup>a</sup> Luisa Torcida. Bruño. 2017.**

El dermatólogo Ricardo Ruiz y Olivia Girón Biforcós explican de forma clara y entretenida cuáles son las claves para **disfrutar del sol protegiéndose** de sus efectos nocivos.

El protagonista del relato aprende que para hacerse amigo del sol es indispensable ponerse **crema protectora, gafas y gorra**. Así se lo enseña alguien que conoce al astro rey desde hace millones de años: la luna.

### ***Las aventuras del cáncer***

**Vanessa Nueda / Alba Barceló. Tramuntana. 2016.**

“Una tarde, al salir de la escuela, Eric y Martina se encuentran con una sorpresa... Tienen que ir con sus papis al médico. Su mamá tiene un bultito en el pecho y la doctora tiene que verlo. Ellos todavía no lo saben, pero así empieza su aventura...”.

Con 35 años, casada y madre de mellizos de 3 años y medio, Vanessa Nueda fue diagnosticada de **cáncer de mama**.

Decidió escribir este libro para compartir la historia real de **cómo planteó** la enfermedad a sus hijos.

