

¡Aprendamos de alimentos con las manos!

Por: Elia Guadalupe Muñoz Pérez, Luisa Mariana Calvillo Centeno, Nayeli Elizabeth Espinoza Mares, Monserrat Huichapa Villafuerte.

Universidad de Guanajuato, Departamento de Medicina y Nutrición. Licenciatura en Nutrición.

Palabras clave:

Debilidad visual; braille; plato del bien comer; orientación alimentaria; material didáctico.

Cuántas veces hemos presenciado la discriminación hacia personas que tienen algún tipo de discapacidad?

La discriminación no solamente se da al insultar verbalmente o al menospreciar a alguien, sino también con la omisión, al no hacer nada cuando presenciemos esta clase de actos o al relegarlos al no adecuar a sus necesidades la información que está abierta a la población general.

Una muestra de ello son las guías de las que se vale el personal de salud para la orientación alimentaria, donde todas ellas son modelos visuales (incluyendo el "Plato del Bien Comer", guía alimentaria oficial de México), pues al tener la característica de ser visuales, no contemplan que en la población abierta y en el personal de atención a la salud existe una proporción de personas con discapacidad visual. Según las cifras reportadas en el Censo de Población y Vivienda 2010 (INEGI) en el país eran 5'739,270 personas con algún tipo de dis-

capacidad, de las cuales 1'561,466 presentaban alguna limitación de tipo visual (27.2%). (1)

El uso de los materiales didácticos es una herramienta útil para la educación de la población en general y es un elemento básico cuando se trabaja con sectores con características especiales.

Técnicas educativas para personas con debilidad visual son escasas, particularmente en el ámbito de la Nutrición lo que es importante considerar, ya que la nutrición es un factor determinante para mantener un buen estado de salud.

"Sintiendo la comida"

Al conocer estos antecedentes e identificar la importancia y urgencia de atender a estos sectores en desventaja, se diseñó una herramienta de material didáctico que apoya al sector salud al momento de brindar orientación alimentaria a personas con debilidad visual que lean Braille, sin hacer diferencia entre aquellas con y sin este tipo de limitación. "Sintiendo la comida" fue creado precisamente con este objetivo y atendiendo a la mencionada falta de una guía para la orientación alimentaria que no sea solo visual, sino que cuenta con modelos en tres dimensiones muy cercanos a como son en la realidad, no solo en tamaño y peso, sino en textura y con rótulos en Braille, para que la información sea accesible a una mayor proporción de la población, y que la obtención de la información se haga precisamente, sintiendo la comida.

La aplicación de este material ha mostrado resultados alentadores, pues se observa un mejor aprendizaje durante la orientación.



Sin embargo, es importante que se extienda su campo de aplicación a las áreas que se enfocan a la atención a las comunidades y a las escuelas, no solo por parte de Nutriólogos, sino que se requiere del compromiso de todo el personal de salud para que este llegue a todo el país.

Esta es una iniciativa que pretende lograr equidad entre la población y que se apegue a los principios bioéticos de máxima beneficencia, no maleficencia, justicia y equidad. Hace falta hacer más investigación y desarrollo de proyectos en esta área poco atendida, que universalicen las oportunidades de mejora en salud, pues hay que recordar que existen más tipos de discapacidades y que no todas tienen causa común o características similares. Hay aún mucho por hacer y con decisión, se puede lograr.

1) Población con limitación en la actividad y su distribución porcentual según causa para cada entidad federativa y tipo de limitación: 2010. INEGI. Disponible en: <http://www.inegi.org.mx>. Fecha de acceso: marzo 2013