

EL JUEGO COMO VEHÍCULO DE APRENDIZAJE

Rosel Jimeno Ucles, Ana Expósito Rodríguez, Pilar Peña Amaro, Juan García López, Pilar García Peña

Hospital General Ciudad de Jaén. Jaén

Hemos ideado varios “juegos” que nos van ayudando a que nuestros pacientes aprendan o refuercen conocimientos relacionados con la alimentación y los alimentos que pueden (con mayor o menor restricción tomar). Se trata de adaptar también cada juego a la persona a la que nos dirigimos (ya que tienen mas o menos dificultad en su ejecución), y al tiempo que podemos dedicarle (mas activo o menos), y a los conocimientos que queremos afianzar o enseñar.

Uno de esos juegos es básico en conocimientos, de tiempo medio, poco “activo” y para personas mayores que no tengan déficit cognitivos. Hay varios juegos mas con una baraja de cartas (mas amplio en conocimientos, activo, para personas mas jóvenes y mas tiempo de dedicación)

MATERIAL Y MÉTODO

Uno consiste en una cartulina (soporte) que contiene unas “fichas” en las que hay preguntas “básicas” relacionados con los alimentos que se pueden tomar o con su “elaboración” básica...y tres posibles respuestas.

En la parte inferior hay 3 ventanas móviles. La paciente debe “levantar” la ventana que cree es la respuesta verdadera....si lo es aparece un “**SI**” y en caso contrario “**NO**”.Cada ficha en su parte posterior tiene una explicación sencilla de la respuesta acertada. Este sistema tiene la ventaja de que puede “crecer” en fichas, tanto como el nivel del paciente lo permita, complicando cada vez un poquito más las preguntas, conforme se van obteniendo o alcanzando los objetivos docentes planteados.

Aprovechamos (y con los “dibujos” del juego) tenemos unas fichas con los principales nutrientes y sus funciones en el organismo (proteínas, hidratos de carbono, la sal, las grasas, el agua, las legumbres, las verduras, las frutas, el potasio, mucho potasio, menos potasio, no comas), que si lo desean les entregábamos en un archivador para que puedan usarlas fácilmente. A demanda también les hemos realizado 15 fichas con otros tantos menús variados (adaptados a ellos y sus costumbres culinarias, sencillas y básicas).

Los otros juegos con la baraja de cartas (concretamente 2 barajas) tienen en una de ellas diversos alimentos con un “punto” de color al lado del dibujo (colores rojo, amarillo y verde) que identifican los alimentos en mayor o menor grado de “peligro”. Podemos jugar al “tute”, la “ronda”, “parejas” y cualquier otro juego de cartas convencional que el paciente domine sin perder de vista nuestros objetivos docentes.

CONCLUSIÓN

Hemos conseguido re-establecer un circuito de comunicación sobre el tema de la alimentación y la nutrición entre el paciente renal y su enfermera por medio del “juego” y no sólo basado en la “censura” o en el “sermón” sobre lo que es correcto o no. Nuestros “juegos”, por una parte, son una estrategia para lograr nuestros objetivos, pero cubiertos de una capa lúdica y amable. Los pacientes “aprenden” lo que queremos transmitirles y de paso los cuidadores también encuentran nuevas alternativas a dietas ya monótonas y repetitivas.