

COLEGIO INEM FRANCISCO DE PAULA SANTANDER IED

TALLER EVALUATIVO 20% SECCIÓN 1005

COMUNICAR PARA CUIDAR LA VIDA

I. Datos generales

- Tema: Técnicas de comunicación en salud.
- **Modalidad: Individual**
- Propósito: Evaluar la capacidad de comprender, organizar, interpretar y comunicar información relacionada con la salud de manera clara, ética, empática y responsable.

Objetivos:

Al finalizar el taller, el estudiante estará en capacidad de:

1. Identificar técnicas de comunicación utilizadas en el ámbito de la salud.
2. Reconocer la importancia de la escucha activa, la empatía, la asertividad y el lenguaje claro.
3. Organizar información mediante esquemas, mapas conceptuales, cuadros comparativos e infografías.
4. Analizar críticamente mensajes relacionados con la salud.
5. Diseñar una estrategia comunicativa para promover hábitos saludables.

II. Lectura comprensiva

Comunicar para cuidar: la palabra también puede sanar

La comunicación en salud es un proceso mediante el cual las personas comparten información, conocimientos y experiencias relacionados con el bienestar físico, mental y social. No consiste únicamente en transmitir datos sobre enfermedades o tratamientos; también implica escuchar, comprender las necesidades de los demás y establecer relaciones basadas en el respeto y la confianza.

En una comunidad, la comunicación en salud puede desarrollarse en hospitales, centros educativos, hogares, medios de comunicación y redes sociales. Por ejemplo, una campaña sobre la prevención del dengue, una conversación entre un médico y su paciente o una exposición escolar sobre la importancia del sueño son

situaciones en las que comunicar adecuadamente puede contribuir al bienestar colectivo.

Para lograrlo, es necesario emplear diferentes técnicas.

La escucha activa consiste en prestar atención a lo que otra persona expresa, sin interrumpirla constantemente ni anticipar sus respuestas. Incluye observar sus gestos, formular preguntas para aclarar dudas y comprobar si se ha comprendido correctamente el mensaje. Esta técnica permite identificar preocupaciones y necesidades que no siempre se expresan de manera directa.

La empatía es la capacidad de comprender las emociones y perspectivas de otras personas sin juzgarlas. En una conversación sobre salud mental, por ejemplo, una respuesta empática sería: «Comprendo que estés pasando por un momento difícil. ¿Quieres contarme qué te preocupa?». En cambio, expresiones como «Eso no es para tanto» pueden hacer que la persona se sienta incomprendida.

La comunicación asertiva permite expresar ideas, emociones, necesidades y desacuerdos con claridad y respeto. Ser asertivo no significa imponer opiniones, sino defender un punto de vista sin agredir ni descalificar a los demás.

Otra técnica fundamental es el uso del lenguaje claro. Los mensajes relacionados con la salud deben ser comprensibles para las personas a quienes se dirigen. Utilizar términos excesivamente técnicos, oraciones confusas o instrucciones incompletas puede provocar interpretaciones equivocadas. Por eso, es importante adaptar el vocabulario a la edad, los conocimientos y las necesidades del público.

La comunicación no verbal también desempeña un papel importante. Los gestos, la postura corporal, la expresión facial, el tono de voz y la distancia interpersonal pueden reforzar o contradecir las palabras. Una persona puede afirmar que está escuchando, pero si mira constantemente su teléfono y evita prestar atención, transmite desinterés.

Finalmente, la comunicación en salud requiere responsabilidad ética y pensamiento crítico. No toda la información que circula en internet es verdadera. Antes de compartir una noticia sobre una enfermedad, un tratamiento o un supuesto remedio, es necesario verificar su procedencia y contrastarla con fuentes confiables, como las autoridades sanitarias y los profesionales de la salud. También se deben respetar la privacidad, la dignidad y la confidencialidad de las personas.

En conclusión, comunicar en salud significa informar, escuchar, orientar y construir confianza. Una comunicación adecuada puede ayudar a prevenir riesgos, tomar

decisiones informadas y fortalecer la convivencia. Las palabras no reemplazan la atención profesional, pero pueden facilitar que las personas busquen ayuda, comprendan las recomendaciones y participen activamente en el cuidado de su bienestar.

III. Actividades evaluativas

Actividad 1. Comprensión e interpretación del texto

Responde en tu cuaderno con oraciones completas y argumentos claros.

1. ¿Qué significa comunicar en salud y por qué esta actividad va más allá de transmitir información?
2. Explica la diferencia entre escuchar y practicar la escucha activa.
3. ¿Por qué la empatía es importante cuando una persona expresa una preocupación relacionada con su salud mental?
4. ¿Qué consecuencias puede tener el uso de un lenguaje demasiado técnico al comunicar recomendaciones de salud?
5. Explica con tus palabras la relación entre comunicación en salud, pensamiento crítico y prevención de riesgos.
6. Selecciona una idea del texto que consideres fundamental y justifica tu elección con un ejemplo de la vida cotidiana.

Actividad 2. Organizador gráfico: las técnicas de comunicación en salud

Después de leer el texto, elabora un mapa conceptual, un cuadro comparativo o un cuadro sinóptico cuyo concepto central sea La Comunicación en salud.

Tu mapa debe incluir las seis categorías :

- Escucha activa.
- Empatía.
- Comunicación asertiva.
- Lenguaje claro.
- Comunicación no verbal.
- ética y verificación de la información.

Para cada categoría, incluye:

1. Una definición breve.
2. Dos características importantes.
3. Un ejemplo de aplicación en la vida cotidiana.
4. Un beneficio para el bienestar individual o colectivo.

Condiciones de presentación:

- Utiliza conectores que expresen relaciones entre las ideas.
- Organiza la información de lo general a lo particular.
- Emplea palabras clave, flechas, símbolos o dibujos.
- Evita copiar párrafos completos de la lectura.
- Cuida la ortografía y la legibilidad.

Actividad 3. Responde:

¿Cuál de estas técnicas consideras más difícil de aplicar en una conversación conflictiva? Justifica tu respuesta con una situación concreta.

Actividad 4. Laboratorio de situaciones comunicativas

Lee los siguientes casos, identifica la técnica que se necesita y propón una respuesta adecuada.

Caso A. Un compañero preocupado

Un compañero te dice: «Últimamente me siento muy estresado por las tareas y no sé qué hacer». Otro estudiante responde: «Eso es una tontería, todos tenemos problemas».

- ¿Qué error de comunicación se presenta?
- ¿Qué técnica debería utilizarse?
- Escribe una respuesta que demuestre empatía y escucha activa.

Caso B. Una campaña incomprensible

Un grupo de estudiantes presenta una campaña de prevención de enfermedades usando palabras técnicas que sus compañeros no entienden.

- ¿Cuál es el principal problema comunicativo?
- ¿Qué técnica deben aplicar?
- Reescribe un mensaje para que sea claro, breve y comprensible.

Caso C. Una noticia viral

En un grupo de mensajería circula un mensaje que recomienda un supuesto remedio para una enfermedad y afirma que funciona en todos los casos. Nadie menciona de dónde proviene la información.

- ¿Qué riesgos presenta esta situación?
- ¿Qué pasos deberían seguir antes de compartir el mensaje?
- Formula una respuesta asertiva para invitar al grupo a verificar la información.

Actividad 6. Reto creativo: una campaña que comunica y cuida

En equipos de tres o cuatro integrantes, diseñen una mini campaña escolar sobre uno de estos temas:

- Prevención del dengue.
- Importancia del sueño y el descanso.
- Uso responsable de las redes sociales para informarse sobre salud.
- Prevención del acoso escolar y cuidado de la salud emocional.
- Hábitos de higiene y autocuidado.

El producto debe ser un afiche, una infografía o una pieza de comunicación escolar que incluya:

1. Un título llamativo.
2. Un mensaje central claro y fácil de recordar.
3. Tres recomendaciones concretas y responsables.
4. Una imagen, símbolo o recurso visual pertinente.
5. Una frase empática o motivadora.

6. Una fuente confiable de información, cuando se incluyan afirmaciones de salud que requieran verificación.

Después, cada equipo realizará una presentación oral de dos minutos y explicará:

- ¿A qué público se dirige la campaña?
- ¿Qué técnicas de comunicación utilizó?
- ¿Cómo comprobó la claridad del mensaje?
- ¿Qué hizo para evitar información engañosa o estigmatizante?

IV. Autoevaluación y reflexión crítica

Responde individualmente:

1. ¿Qué técnica de comunicación en salud considero que maneja mejor y por qué?
2. ¿Qué debe mejorar cuando escucha o expresa sus opiniones?
3. ¿Cómo puede contribuir a evitar la difusión de información falsa sobre la salud?
4. ¿Por qué comunicar con respeto también es una forma de cuidar a los demás?