

La comunicación, ¿Una especialidad para el nutricionista?

Myriam de León de Costabella¹

RESUMEN En estos últimos años, cuando ha quedado demostrado la imperiosa necesidad de orientar eficazmente a los pueblos sobre cómo debe ser su alimentación, también se ha puesto de manifiesto la relevancia de la acción educadora del nutricionista; de igual manera, el avance notable de las comunicaciones y su influencia en el comportamiento del individuo, nos hace reflexionar acerca de la efectividad del nutricionista como educador. La acción educadora del nutricionista debe ser coherente y bien articulada entre los principios de la comunicación y la nutrición, a fin de lograr su fortalecimiento moral en el individuo que le permite analizar su situación y tomar su propia decisión según sus intereses y posibilidades económicas y sociales, lo cual puede ser logrado al estar, el nutricionista, capacitado para desarrollar un efectivo proceso de comunicación. En este sentido, ya la Society for Nutrition Education ha propuesto la formación de un especialista en educación nutricional, a nivel de maestría. *An Venez Nutr.* 1989; 2: 93-96

PALABRAS CLAVES: Comunicación, educación nutricional.

La comunicación

La comunicación sostiene y anima la vida, es el motor y la expresión de la actividad social y de la socialización; a través de la información ha llevado al hombre del instinto a la inspiración, es fuente de la cual se toman ideas y fortalece, a través del intercambio, el sentimiento de pertenencia a una comunidad, traduce el pensamiento en acto, refleja emociones.

La comunicación ha acercado a la gente y no existen distancias que no pueden ser cubiertas por los distintos medios. El hombre, ricamente dotado de facultades innatas de comunicación, ha conseguido alzarse por encima de las demás especies, gracias a su capacidad de organización y a la evolución del lenguaje.

Con la integración de los habitantes de la tierra en pequeños grupos sociales, se propició la comunicación interpersonal, lo cual permitió el refuerzo de los valores de compañerismo y ayuda mutua, el fomento del trabajo, la adopción de decisiones y la sobrevivencia.

El ser humano ha ido progresivamente extendiendo y diversificando sistemas de lenguaje que provienen desde los intentos no verbales: la música, la danza, tambor, señales de humo, dibujos y otras formas de símbolos gráficos, hasta el ideograma, cuya importancia obedece a la primera asociación que se hace entre objeto e idea abstractas. La escritura, segunda gran innovación del hombre, confiere permanencia a la palabra, desde las tablillas de arcilla, pasando por los libros escritos y copiados a mano, que datan de unos cuantos milenios.

La permanente evolución de la comunicación interpersonal, le ha llevado a coexistir con la comunicación pública institucionalizada, para transmitir normas y costumbres. Sin embargo, ya se acepta que la comu-

nicación no es un simple hecho de dirección o control del informador sobre el público, hay también un proceso inverso de reflejo, que condiciona la naturaleza del mensaje a los intereses del receptor. La sociología está aportando cada vez más elementos que demuestran que el público está dejando de ser, ese conjunto informe desconocido e inapresable. Que es un público intercomunicado, con influencias de grupo y conciencia personal ante el mensaje.

Aún en nuestros días, como ha sido por siglos, la comunicación interpersonal, forma esencial de la relación social, realmente resulta insustituible. Ese contacto cara a cara, directamente con el interlocutor no puede ser desplazado por ningún sistema.

Es indudable que en toda su evolución, la comunicación ha influido en la conservación y estabilidad de las sociedades, a través de la transmisión de las grandes ideas. Antes de que la prensa llegara a su apogeo, se produjo la aparición de los medios de comunicación, derivados de la aplicación de la electricidad: telégrafo, teléfono, cine y radio.

Las primeras redes de radiodifusión nacieron en el decenio de 1920 y la televisión en 1930 (a color en 1954). En 1965 y 1971 se lanzaron los dos grandes sistemas Itelsat y el Intersputnik. En 1969 se inventó el videocasette. Todos estos descubrimientos han multiplicado, en una proporción que hubiera sido inimaginable antes, los recursos disponibles, no solamente para la información y el esparcimiento si no también para la ciencia y todas las ramas de la vida actual y profesional.

¹ Profesor titular Escuela de Nutrición, Universidad del Zulia.

Solicitar copias a: Myriam de León de Costabella, Nutrición, Universidad del Zulia, Apdo. 15080, Maracaibo 4003 A, Zulia.

La interrelación con la gente esta básicamente cimentada en la comunicación y en la medida en que esa comunicación sea adecuada y persuasiva, la captación y la comprensión del mensaje por parte del destinatario se producirá con mayor eficacia.

La estrecha relación del Nutricionista, con los seres humanos, como persona y como profesional, le permite aquilatar la dimensión de su responsabilidad ante las circunstancias que determinan el bienestar físico, mental y social de todos los estratos que integran una sociedad. Desde el mismo inicio de su carrera, se comienza a gestar un proceso de internalización que va conformando y modelando su papel de educador, de agente de cambio, de comunicador.

De la misma manera que no se pueden concebir desligadas la educación y la comunicación, así mismo la educación nutricional estará estrechamente vinculada al proceso de la comunicación. A su vez, ambas, educación y comunicación formarán parte de ese conjunto de esfuerzos dirigidos a preservar la salud como sustrato en el desarrollo del individuo, la familia y la población. El nutricionista es responsable de esta coherencia y por ello parte de su formación y adiestramiento, debe estar dirigida a cumplir su acción educadora sin vacilaciones.

Quizás el primero en sistematizar el proceso de la comunicación haya sido Aristóteles, cuando en su Retórica dice: "Comunicación es la búsqueda de todos los medios de persuasión que tenemos a nuestro alcance".

Existen diversas y múltiples definiciones de lo que se considera el proceso de la comunicación, una de las que podría considerarse más orientada hacia el tema que nos ocupa, dice que "es la transmisión de un mensaje a otra persona, en forma tal, que esa persona nos muestre que recibió el mensaje, reaccionando como esperamos"(1).

Entonces la comunicación, es algo más que informar: es informar y significar, transmitir notificaciones de hechos y a la vez hacer compartir sentimientos e ideas a un receptor, que no es de ninguna manera indiferente o pasivo.

La comunicación como potencial educativo

La comunicación, no es solamente una simple transferencia e intercambio de noticias y mensajes, si no también de ideas, hecho y datos que cumplen las funciones de: información, socialización, motivación, debate y diálogo, educación, promoción cultural, esparcimiento e integración (2).

La comunicación, es en sí un medio educativo y la educación, es un instrumento indispensable para enseñar a los hombres a comunicarse mejor, de manera que la comunicación al responder a las necesidades de desarrollo de la sociedad, debe ser tratada como un bien

social. Constantemente proyecta un nuevo medio ambiente que está siendo percibido y que tiende a promover cambios de diversos grados, de actitudes, valores y competencias técnicas.

Muchas estaciones de radiodifusión han concebido programas de carácter formal; un ejemplo en nuestro país, son las clases de educación primaria para adultos por las estaciones de radio Fe y Alegría, las de la Universidad Abierta a través de emisoras de televisión, y otras no formales para agricultores o amas de casa. La deserción escolar en Venezuela, como en muchos países de Latinoamérica, ocurre a edades muy tempranas, y en estos momentos, en los cuales la crisis económica limita agresivamente los ingresos de la familia, se presume que un mayor número de niños en edad escolar se verán imposibilitados de obtener su formación básica.

Los medios de comunicación masiva podrían ser de utilidad, para rescatar a ese grupo de la población, que no tendrá oportunidad para cumplir con los niveles de instrucción fundamentales, para garantizar su independencia económica y como consecuencia, el desarrollo del país. Situación que llama a preocupación cuando se ha planteado que la producción de los agricultores con instrucción de más de 4 años, es hasta 25% superior a la de aquellos sin instrucción alguna, por lo que en general, la inversión en educación primaria muestra altas tasas de rendimiento, muy superiores a las de la educación media o superior (3).

Investigaciones realizadas en comunicación, por Rogers y Shoemaker, han demostrado que existe una mayor tendencia de aprender y aceptar innovaciones, entre las personas de mejor nivel educativo y socio-económico, que tengan mayor contacto con los medios de comunicación masivos y más participación social (4).

Lo que hace pensar que al dirigirse a personas que se encuentran en condiciones diferentes a las señaladas, el mensaje deberá recibir tratamientos diversos, ser proyectado con más frecuencia y persistencia, utilizando diferentes medios para su transmisión y con un contenido que oriente al logro de soluciones, que no produzcan conflictos o enfrentamiento con los valores actuales de la población.

La presencia cada vez más generalizada de la comunicación, plantea una revisión del funcionamiento de las escuelas. Hasta principios de siglo, la escuela era la fuente básica del saber y el educador, el distribuidor de ese saber. Se preparaba al alumno para enfrentarse y comportarse en la vida. Hoy día estos conceptos han variado y es necesario que se recurra a los medios de comunicación, los cuales tienen un amplio espectro de difusión de información y conocimientos que les hace imprescindibles. Ello permitiría al individuo reaccionar de un modo crítico, seleccionar sus programas, sus lecturas y sus distracciones.

La tecnología educativa ha permitido despertar interés hacia la renovación de estrategias de enseñanza-aprendizaje. Sin embargo, la rigidez en las estructuras educativas reducen el proceso de éstas alternativas.

El aprendizaje debe convertirse en una experiencia de relaciones humanas, de diálogo, asociación, en lugar de una simple transmisión de conocimientos; debe ser un modo de eliminar obstáculos entre individuos, clases, grupos y naciones. Sería la mejor experiencia de la comunicación en la educación.

En este orden de ideas, se impone un alto grado de reflexión por parte de aquellos, quienes tienen una buena cuota de responsabilidad en la superación y avance de los pueblos.

La malnutrición está recargada a las espaldas de la pobreza, y la ignorancia, pero es alimentada por la debilidad moral, por la indefensión psicológica, y para poder combatirla, el educador deberá conocer cómo se manejan las herramientas del fortalecimiento moral.

“Un individuo fortalecido moralmente es aquel altamente capaz de definir su propio problema, analizarlo y actuar en la búsqueda de la solución apropiada” (5). No es sólo cuestión de conducta buena o mala que se repite, porque nos dicen que así debe ser, es un comportamiento propio apegado a los valores, que se manifiesta a partir de un análisis interno de la situación de cada quien, que conduce a tomar la decisión que se considere va en favor de los más preciados intereses.

El objetivo del nutricionista como educador no debe ser ofrecer conocimientos técnicos rígidos, a través de elementales comparaciones nutricionales, de los grupos básicos de la alimentación o las excelencias de determinados nutrientes. Continuar con la acción repetitiva de guiones prelaborados es una falta de respeto con la comunidad y con la profesión. Debe ser un proceso de acción integrada, de participación activa entre ambos, educador y aprendiz, encaminada hacia ese refortalecimiento moral que estimule al sujeto receptor a analizar la situación por sí mismo, dejando a su libre determinación la escogencia de aquella que considere más apropiada para él y sus intereses, según sus posibilidades sociales, económicas y culturales. A la gente no le gusta actuar según ideas impuestas, prefiere generar las suyas.

Facilitar y promover discusiones de grupo, intercambiando experiencias y logrando conjuntamente la proposición de soluciones alternativas, deben ser acciones conjuntas del educador y del educando, reforzadas con un material didáctico que complemente la orientación del individuo hacia la búsqueda de tales decisiones.

Un buen material didáctico lo representan los audiovisuales; su elaboración requiere de una gran dosis de imaginación, creatividad y fantasía, aunque también un conocimiento de la situación, a través de un buen diagnóstico que permita ofrecer ejemplos de situaciones, con

las cuales el sujeto logre identificarse, facilitándose así la clarificación de dudas y el planteamiento de diversas alternativas coherentes con las propias condiciones de vida de la persona.

– La comunicación en salud es inmensamente importante y se extiende mucho más allá del control de enfermedades. Debe incluir todo lo que está relacionado con la salud en su sentido más amplio, tanto para promover estilos de vida saludables, como para asegurar que todos los habitantes del planeta tengan la oportunidad de sentirse más responsables de su propia salud– Fueron las palabras del Dr. Hiroshi Nakajima, director general de la OMS, el 7 de abril de este año, durante la celebración del Día Mundial de la Salud (5). El tema de éste año “Hablemos de Salud” es parte del llamamiento de la OMS para aunar esfuerzos hacia la promoción de la salud, la educación sanitaria y la participación comunitaria. De allí que la Organización Panamericana de la Salud haya recomendado que la formación de profesionales de la salud, incluya enfoques y metodologías de educación y comunicación. El fin del sistema educativo es desarrollar personalidades íntegras y saludables, una manera de proporcionar los medios para ajustarse a su medio ambiente, de tal manera que resulte en un sentimiento de bienestar personal, en armonía con los valores y las demandas del grupo con quienes convive.

Proposiciones concretas se han formulado acerca de las escuelas como vehículos de educación para la salud, basados en principios como: 1) la salud, la educación y la productividad son inseparables; 2) las escuelas constituyen unos de los recursos más eficientes para mejorar la salud de las naciones; 3) actualmente no se hace un empleo sistemático de la escuela como medio de promoción de la salud; 4) declaraciones de política internacional como la de Alma-Ata (1978) y el Octavo Programa General de Trabajo de la OMS (1990-1995) proporcionan un buen fundamento para el uso de las escuelas como focos de educación para la salud” (5).

¿Futuro de la educación nutricional?

Ante todas estas reflexiones, no podemos dejar de plantearnos la educación nutricional como una especialidad que ofrezca al nutricionista, una serie de conocimientos adicionales y de mayor profundidad, que aquellos que obtiene en el transcurso de sus estudios de pregrado.

En este sentido, la Sociedad para la Educación Nutricional (SEN), de los Estados Unidos, consciente de la rápida evolución del campo de la educación nutricional, así como la demanda cada vez más apremiante de una acción suya más persuasiva, ha venido desde 1977, preparando un material de trabajo para recomendar la creación de una nueva especialidad, a nivel de maestría, que sería la de Educador Nutricional. Con el objeto de

lograr un personal más específicamente preparado, capaz de desempeñarse más eficazmente en su rol de educador y comunicador.

La SEN (6) propone un plan de estudios cuyos contenidos programáticos, en términos generales, estén tratados con amplitud, sobre el hombre y su relación con la nutrición. La conducta humana ante la alimentación. Técnicas de modificación de la conducta. Teoría y praxis del proceso enseñanza-aprendizaje y de la comunicación. Investigación aplicada a la educación. Técnicas de análisis y evaluación de programas. Diseño de programas educativos, su administración y evaluación a diferentes niveles.

Es posible que con estas propuestas de la SEN se haya iniciado la ruta hacia la formación de un promotor capacitado y decidido a lograr con mayor eficacia, la motivación y la comprensión de aquellos quienes tienen en sus manos el poder de decisión y el apoyo económico. Pues solamente con acciones integradas y debidamente articuladas podrán lograrse los resultados de esa orientación que requiere la población.

COMMUNICATION: A SPECIALTY FOR THE NUTRITIONIST ?

ABSTRACT *Throughout these later years, the necessity for knowing and achieving a better nutrition has become almost an emergency. People need to find how to develop and maintain positive food and nutrition behavior. Besides, persuasive communications and behavior modification techniques have had also a remarkable advance. In that way the nutritionist has had to be involved as educator. One question comes to our mind: How effective an educator has a been so far? We think that this professional should aim for developing new aptitudes to permit advance work in educational methods and behavior*

changes strategies looking for an effective communication, because it has been demonstrated that people want to make their own decisions and not to feel as if a compulsive action came into their lives. According to that, Nutrition Education should be nutrition and communication, both interrelated, leading individuals to realize the situation and taking their own decisions in accordance with their social and economic levels. Already the Society for Nutrition Education has approved a program leading to a master's degree as a Specialist in Nutrition Education. Ann Venez Nutr 1989; 2: 93-96

KEY WORDS: *Communication, nutrition education.*

Referencias

1. Castelli, E. Lengua y redacción periodística. Manuales de la Facultad Católica de Humanidades de Rosario, Argentina, 2ª edición corregida y ampliada. Ed. Colmegna. Sta. Fe. Argentina 1967.
2. UNESCO. Un solo mundo, voces múltiples. Comunicación e información en nuestro tiempo. Informe Final de la Comisión Internacional para el Estudio de los Problemas de la comunicación. 1980.
3. Comia G, Jolly R, Stewart F. Ajuste con rostro humano UNICEF. Ed. Siglo XXI. Madrid.
4. Rice M. Educación en salud, cambio de comportamiento, tecnologías de comunicación y materiales educativos. Boletín OSP 1985; 98: 65-78.
5. Kent G. Nutrition education as an instrument of empowerment. J Nutr Educ 1988; 20: 193-195
6. Temas de actualidad. Celebración del Día Mundial de la Salud 1989. Boletín OSP 1989; 106: 333-341.
7. SNE. Recommendations of the Society for Nutrition Education on the academic preparation of nutrition education specialist. J Nutr Educ 1987; 19: 209-210.