ESTRATEGIA LÚDICO – PEDAGÓGICA
ENFERMEDADES TRANSMITIDAS POR VECTORES Y ZOONOSIS
EN EL MUNICIPIO DE NARIÑO

LISSETH YOMARA VASCO CASTILLO
PROFESIONAL EN TRABAJO SOCIAL

PROGRAMA DE ENFERMEDADES TRANSMITIDAS POR VECTORES Y ZOONOSIS

NARIÑO – CUNDINAMARCA, 2026

Introducción

La educación en salud requiere herramientas innovadoras y accesibles que promuevan la participación activa de la comunidad. En este contexto, se espera desarrollar una cartilla como estrategia lúdico-pedagógica, porque se constituye como un recurso didáctico que facilita el aprendizaje a través del juego, la interacción y la reflexión colectiva, contribuyendo al cambio conductual en la prevención de las Enfermedades Transmitidas por Vectores (ETV) y zoonosis.

Objetivo

Integrar el juego como herramienta educativa para facilitar aprendizajes significativos, fomentar el desarrollo integral de la comunidad y promover una participación activa y motivada en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Finalidades principales de una estrategia lúdico-pedagógica

- **Facilitar el aprendizaje significativo**

El juego permite que las personas construyan conocimientos a partir de experiencias concretas y placenteras, lo que favorece la comprensión y retención de los contenidos.

- **Estimular la motivación y el interés**

Las actividades lúdicas captan la atención de las personas y generan entusiasmo por aprender, lo que mejora su disposición hacia el estudio y la participación en clase.

- **Promover el desarrollo integral**

A través del juego, se potencian habilidades cognitivas, emocionales, sociales y físicas, contribuyendo a un desarrollo equilibrado.

- **Fomentar la creatividad y la imaginación**

Las estrategias lúdicas ofrecen espacios para que las personas exploren, inventen y expresen ideas de manera original, fortaleciendo su pensamiento creativo.

- **Desarrollar habilidades sociales y valores**

El juego en grupo enseña a los niños y niñas a colaborar, respetar reglas, resolver conflictos y desarrollar empatía, promoviendo la convivencia y el trabajo en equipo.

- **Adaptar la enseñanza a diferentes estilos de aprendizaje**

Las estrategias lúdico-pedagógicas permiten abordar los contenidos de manera diversa, atendiendo a las necesidades y preferencias individuales de las personas.

Finalidad de la cartilla como estrategia lúdico-pedagógica

La cartilla tiene como finalidad principal fortalecer los procesos de sensibilización, apropiación y cambio de hábitos en la comunidad, mediante actividades dinámicas que integren el conocimiento con la práctica cotidiana.

De manera específica, su finalidad se orienta a:

- Promover el aprendizaje significativo a través de actividades sencillas, ilustradas y participativas que faciliten la comprensión de los conceptos relacionados con la promoción, vigilancia, inspección y control en salud.

- Estimular la participación comunitaria, invitando a cada familia, grupo escolar o colectivo a involucrarse en acciones concretas para la prevención de riesgos asociados a las ETV y zoonosis.

- Favorecer el cambio conductual, motivando a los participantes a reflexionar sobre sus prácticas, identificar riesgos en el hogar y la comunidad, y comprometerse con medidas de autocuidado y corresponsabilidad.

- Consolidar el diagnóstico social, permitiendo identificar percepciones, hábitos y prácticas comunitarias frente al manejo de factores de riesgo, lo que contribuye al diseño de estrategias de salud pública más efectivas.

- Apoyar la gestión intersectorial, ya que la cartilla puede ser utilizada en los diferentes entornos saludables, siendo estos, el educativo, el laboral, el comunitario, el hogar y el institucional, articulando la labor de diferentes actores sociales y de salud.

La cartilla, concebida como estrategia lúdico-pedagógica, es una herramienta que combina información clara y actividades interactivas, logrando captar la atención de niños, jóvenes y adultos. Su finalidad va más allá de la simple transmisión de información, ya que busca formar comunidades conscientes, corresponsables y activas en la prevención y control de enfermedades, consolidando así una cultura de autocuidado y participación social que fortalezca los procesos de salud pública.

Importancia de la recreación

La recreación es especialmente importante en el desarrollo integral de los niños y adolescentes, ya que mejora su calidad de vida y les proporciona importantes beneficios psicoemocionales, cognitivos, físicos y sociales, aunque no deja de ser menos importe para la comunidad en general.

- Beneficios psicoemocionales

La recreación aumenta la confianza en sí mismo de los niños y adolescentes, ya que en ese contexto se deben vencer desafíos e imprevistos del entorno que estimulan a dar lo mejor de sí mismo, a enfrentar y resolver nuevas dificultades aprendiendo de las diferentes experiencias. Cuando la recreación se realiza en plazas o parques, se suma la necesidad de interactuar con pares, desarrollando su capacidad de relacionarse, empatizar y resolver conflictos adecuadamente. Además, realizar juegos de mesa en familia es importante no solo porque son divertidos, sino porque cumplen funciones emocionales, cognitivas y sociales muy valiosas.

- Beneficios cognitivos

El relacionarse en forma libre con su entorno, debiendo resolver autónomamente los diferentes retos o desafíos que este le pone, favorece el desarrollo de la imaginación, creatividad y memoria, junto con la concentración y atención. Además, en esta relación con el entorno, a través de su propia experiencia, se refuerzan nociones básicas como color, tamaño, forma, espacialidad y cantidad. Así también contribuye a fortalecer la noción de sana competencia y la tolerancia a la frustración.

- Beneficios sociales

Entre los beneficios sociales de las actividades recreativas están el potenciar la consolidación de la propia identidad y sentido de pertenencia (a la familia, al grupo,

a la sociedad), favoreciendo la inclusión social, la empatía, y la participación en comunidad, además de prevenir comportamientos antisociales, violentos y disruptivos.

- Beneficios físicos

La recreación favorece el desarrollo de diferentes destrezas motoras. El interactuar con el entorno y jugar activamente, tanto en forma individual como grupal, mejora la percepción corporal, el control de los propios movimientos, desarrolla la coordinación y el equilibrio y mejora su ubicación en tiempo y espacio.

Es aconsejable que, desde pequeños, los niños exploren diferentes actividades recreativas y experimenten momentos de ocio que estimulen su propia imaginación y creatividad para lograr entretenerse. Buscando un desarrollo integral, estas actividades debieran ser no estructuradas, libres y variadas. En este sentido, es importante diferenciar una actividad no académica estructurada, que por muy lúdica o de esparcimiento que parezca, exige disciplina, reglas y metas (escuelas deportivas, escuelas de instrumentos, etc.) de aquellas actividades recreativas no estructuradas, que permiten un actuar libre, espontáneo y creativo sin otra meta que la distracción y relajación.

Algunos ejemplos:

- La música, instrumentos y baile

El oír música, oír o tocar algún instrumento y bailar, o al menos mover el cuerpo al son de la música, ayudan a relajarse y controlar las emociones, favorecen la autoestima y mejoran la tolerancia a la frustración y la capacidad de resolver problemas, mejora la sensibilidad y aumentan la sensación de placer, alegría, felicidad y optimismo, además de calmar el estrés, la ansiedad y el dolor. También favorecen el desarrollo de la creatividad, imaginación, atención, concentración, memoria, esfuerzo y disciplina, logrando un mejor desempeño físico y un sueño más reparador.

- La actividad física entretenida

Realizar actividad física diaria tiene grandes beneficios. Favorece la relajación y disminuye la ansiedad; mejora la circulación, la respiración, la digestión y el metabolismo; estimula la concentración, la memoria y el aprendizaje; fortalece los

huesos, los músculos, el sistema inmunológico, la motricidad, el equilibrio y el tono muscular. Asimismo, ayuda a desarrollar disciplina, perseverancia, constancia y, cuando se realiza de forma grupal, también el trabajo en equipo, la lealtad, la colaboración y el sentido de pertenencia.

Por esto, es imprescindible, desde pequeños, fomentar el juego en movimiento (corriendo, saltando, bailando, con una pelota, entre otros.). Lo importante es que sea una actividad entretenida, que le guste, que disfrute y que lo motive.

- La lectura como hábito para toda la vida

Para esto, se debe intentar desde pequeños desarrollarles el gusto por la lectura. Leyéndoles un cuento diariamente, permitiendo que miren y toquen los dibujos, que elijan el cuento de ese día, que puedan comentar sus sentimientos con confianza y tranquilidad. Incentivar que el momento de lectura sea una instancia lúdica, en que ambos puedan disfrutar y acercarse; que no sólo se asocie a dormir, sino que sea considerada como un momento agradable y entretenido más dentro de su rutina habitual.

La lectura favorece la imaginación, la creatividad, la capacidad asociativa; despierta la curiosidad intelectual, desarrolla el entendimiento y la memoria. Al involucrarse en el libro, la lectura fortalece la capacidad de concentración y atención, mejora la lectura mecánica y comprensiva, logrando así estudiar de forma más eficiente, mejorando el aprendizaje y el rendimiento escolar. Leyendo también se desarrolla el lenguaje, se amplía el vocabulario, se aprende a utilizar correctamente las palabras y se mejora la ortografía.

- La cultura y el arte en todas sus expresiones

También es recomendable permitir que desde pequeños realicen manualidades, explorando diferentes técnicas artísticas (pintura, escultura, collage, tejido, bordado, greda, arcilla, plastilina, entre muchas otras). Estos momentos se pueden aprovechar para inculcar la cultura del reciclaje, utilizando restos de lana, revistas o diarios viejos, cartones, entre otros.

Otra gran experiencia para realizar con los hijos es llevarlos a museos de arte, de ciencia, de tecnología, de colecciones o a diferentes exposiciones (para esto hay que estar atento a los nuevos eventos) u observatorios.

- La vida al aire libre y el contacto con la naturaleza

El contacto con la naturaleza y la vida al aire libre es una instancia de muchos beneficios para grandes y chicos.

Mejora el estado físico, favorece el desarrollo de la autonomía, creatividad e imaginación ya que expone de manera improvisada a diferentes desafíos. Al exponerse a la luz natural, tanto adultos como niños absorben más vitamina D, favoreciendo el desarrollo de los huesos. No es necesario ir a un lugar muy lejano y gastar mucho dinero para poder disfrutar de los beneficios de la naturaleza, es suficiente con salir al patio de la casa o ir al parque más cercanos.

- Los juegos de casa, de mesa, de estrategia, de ingenio, de conocimientos y de destreza

Estos juegos permiten desarrollar de forma lúdica la imaginación, creatividad, concentración, memoria, observación, capacidad de respetar turnos, seguir instrucciones, elaborar estrategias, tomar decisiones y resolver problemas.

Aumentan el nivel de tolerancia a la frustración, ayudan a desarrollar la paciencia y respetar diferentes opiniones o formas de jugar y expresarse, a descubrir la importancia del esfuerzo y del trabajo en equipo. Para lograr que sea una instancia entretenida de aprendizaje, hay que seleccionar juegos acordes a la edad, personalidad y gustos de cada hijo.

Importancia de los juegos de mesa en familia

1. **Fortalecen los lazos afectivos**
    - Compartir tiempo de calidad fomenta la cercanía, la confianza y la comunicación entre los miembros de la familia.
    - Se crean recuerdos positivos que fortalecen la unión familiar.
2. **Promueven valores y habilidades sociales**
    - Enseñan a respetar turnos, seguir reglas y aceptar tanto la victoria como la derrota.
    - Refuerzan la paciencia, la cooperación y la empatía.

3. **Estimulan el desarrollo cognitivo**
    - Mejoran la memoria, la concentración, el razonamiento lógico y la resolución de problemas.
    - Algunos juegos potencian la creatividad y el pensamiento estratégico.
4. **Reducen el estrés y mejoran el estado de ánimo**
    - La risa y el disfrute ayudan a liberar tensiones y promover un ambiente positivo en casa.
5. **Fomentan la comunicación intergeneracional**
    - Niños, jóvenes y adultos mayores pueden participar, intercambiando experiencias y aprendiendo unos de otros.
6. **Desconexión de pantallas y rutinas**
    - Permiten un espacio de interacción cara a cara, alejando por un momento a la familia de celulares, televisión o computadoras.