

# Amor a la Salud: un hábito que no es rutina

CHRISTIAN ALBEIRO BENÍTEZ RAMÍREZ<sup>1</sup>, KAROL YISETH JURADO NARVÁEZ<sup>2</sup> Y MARIALUCÍA PAZ MEDINA<sup>3</sup>

## Resumen

Esta es una iniciativa liderada por el programa de Fisioterapia y la emisora Unicauca Estéreo. Pretende comunicar y educar en aspectos relacionados con el cuidado de la salud, para mejorar la calidad de vida de los oyentes. Va dirigida al público en general que busca a través de los medios de comunicación —específicamente la radio— informarse, educarse y movilizarse en pro de su salud. El programa radial se emite hace 11 años por la señal de la emisora universitaria Unicauca Estéreo (104.1 FM); fue galardonado con el Premio Corazones Responsables (2014), entregado por la Fundación Colombiana del Corazón a entidades que promueven los hábitos y los estilos de vida saludables.

Amor a la Salud ha desarrollado diversos seriados que pretenden contribuir de manera positiva a la salud de la población a través de con-

- 1 Comunicador social, Universidad del Cauca. Tecnólogo en Promoción de la Salud, Universidad de Nariño. Contacto: [christianben@unicauca.edu.co](mailto:christianben@unicauca.edu.co)
- 2 Estudiante de Fisioterapia, Universidad del Cauca. Contacto: [kjurado@unicauca.edu.co](mailto:kjurado@unicauca.edu.co)
- 3 Docente del programa de Fisioterapia, Universidad del Cauca. Fundadora de la iniciativa Amor a la Salud. Contacto: [mlpaz@unicauca.edu.co](mailto:mlpaz@unicauca.edu.co)

tenidos informativo y educativo. Dos de los últimos seriados elaborados por el colectivo se han denominado *Hábitos para amar la vida* y *Huellas*. El primero estuvo enfocado en educar sobre temas relacionados con fuerza de voluntad, esperanza, confianza en sí mismo, realización de actividad física, importancia de la comunicación asertiva, aprovechamiento del tiempo libre, alimentación saludable y construcción de buenas relaciones.

Por su parte, *Huellas* pretende comunicar contenidos e iniciativas propios de cada eje de la fisioterapia aplicados a la misión profesional del fisioterapeuta de la actualidad, siempre en contexto de los cambios y de las nuevas necesidades que la coyuntura por la pandemia por COVID-19 ofrece. Esta pandemia ha generado diversos cambios en el colectivo: desde la forma de preproducción hasta la emisión del contenido. Ha sido un reto para el equipo de producción, para los invitados y para los partícipes de esta iniciativa cambiar los métodos de organización, de levantamiento, de sistematización de información y de grabación del contenido, teniendo como eje transversal la pandemia por COVID-19.

**Palabras clave:** comunicación, educación, radio y salud.

## Relato o narrativa de la experiencia

Esta iniciativa tiene como epicentro la ciudad de Popayán, capital del departamento de Cauca, ubicado en el suroccidente de Colombia. Esta ciudad es conocida como “La Ciudad Blanca” y universitaria del país, debido a su centro histórico y a la gran acogida de estudiantes oriundos

de diversos departamentos de Colombia. Al ser un programa radial que se emite a través de la señal de la emisora Unicauca Estéreo, su alcance es regional, ya que la emisora llega a muchos municipios del departamento. Cauca, en su mayoría, es un departamento de contexto rural, que se ha visto enmarcado por el conflicto armado; es también uno de los departamentos con más problemáticas sociales del país.

Si bien la capital caucana es habitada principalmente por gente joven, tiene un número importante de adultos y de adultos mayores, quienes también hacen parte de nuestro público objetivo. Para el departamento, la radio es de suma importancia debido a que existen diversas inequidades frente al acceso de los medios de comunicación; por ello, se ha encontrado en este medio un aliado importante para transmitir diversos mensajes, en este caso un mensaje que pretende mejorar la salud de la población procurando que llegue a gran parte del territorio departamental tratando de minimizar brechas comunicacionales y geográficas.

Además de ser una iniciativa radial, Amor a la Salud es un *rote* que hace parte del programa de Fisioterapia de la Universidad del Cauca, que hace acompañamiento en el ejercicio físico de adultos y de adultos mayores, quienes tienen pocas actividades en el entorno ciudadano de Popayán. Esta iniciativa nació en 2011 como respuesta a la necesidad de construir una plataforma educativa para los estudiantes de fisioterapia relacionada con la prescripción del ejercicio físico.

Amor a la Salud concentró inicialmente su esfuerzo en la creación de una comunidad interactiva entre adultos, adultos mayores y estudiantes de fisioterapia y quienes, a través de su participación y su colaboración

en las sesiones de ejercicio físico, suscitan una experiencia no solo de salud y movimiento, sino también de construcción de redes de apoyo entre los mismos participantes. En este sentido, el proceso comunicacional se ha caracterizado por ser en doble vía, donde permanentemente hay un diálogo de saberes entre los actores involucrados en esta iniciativa.

En 2012 se estableció una alianza con el Centro de Gestión de las Comunicaciones de la universidad para llevar esta iniciativa a muchas más personas y a través de un medio de comunicación de fácil acceso: la radio. El objetivo de esta segunda fase de la iniciativa fue comunicar y educar en aspectos relacionados con el cuidado de la salud para mejorar la calidad de vida de los oyentes a través de un mensaje que pretende incentivar el movimiento, el bienestar y la vida.

Para 2014, el colectivo radial Amor a la Salud fue galardonado con el Premio Corazones Responsables, entregado por la Fundación Colombiana del Corazón a entidades que promueven los hábitos y los estilos de vida saludable, en la categoría de medios de comunicación. Por todo lo anterior, el sentido y el propósito transformador de esta experiencia se resumen en la *acción de educar*, ya que las actividades realizadas se encaminan a facilitar el desarrollo y el crecimiento personal y comunitario que beneficien la salud de los partícipes de esta iniciativa a través de la interacción y la comunicación.

Amor a la Salud responde a una iniciativa de carácter intersectorial en la que participan diversos actores: por un lado, los institucionales, como el programa de Fisioterapia, sus estudiantes y sus profesores, así como los líderes del colectivo radial y la emisora Unicauca Estéreo; por

otro, los actores externos, al mismo tiempo los más importantes para esta iniciativa: es decir, los adultos, los adultos mayores y la comunidad en general, quienes participan en la prescripción del ejercicio físico y son los oyentes de este programa.

La pandemia por COVID-19 ha ocasionado diversas transformaciones en la sociedad; en este caso específico ha generado algunos cambios en el colectivo: desde la forma de preproducción hasta la emisión del contenido. Ha sido un reto para el equipo de producción como también para los invitados y los partícipes en esta iniciativa cambiar los métodos de organización, de levantamiento, de sistematización de información y de grabación del contenido.

Para continuar con las acciones de educación, interacción y producción de contenido, las TIC fueron un aliado importante. A raíz del confinamiento, todas las esferas de la vida diaria migraron a la virtualidad; por tal motivo, ha habido una constante innovación para poder educar a los estudiantes de fisioterapia, quienes ven el *rote* de Amor a la Salud. Las grabaciones del programa radial ya no se hicieron en cabina, sino en cada uno de los hogares de los integrantes del colectivo; es decir, se implementó el teletrabajo. Debido al proceso de digitalización de la cotidianidad, se empezó haciendo uso de nuevas herramientas que permitieran el desarrollo óptimo del contenido radial; la plataforma elegida para seguir con este proceso fue la red de mensajería instantánea WhatsApp no solo como medio de comunicación con las fuentes, sino también como plataforma para realizar la producción del contenido. Finalmente, la emi-

sora recopiló la información de esta plataforma de mensajería e inició la posproducción del programa.

La producción radial significó, sobre todo, un continuo proceso de comunicación, enseñanza y aprendizaje, ya que esta iniciativa no solo la integran los líderes del colectivo, sino que en ella también colaboran estudiantes y docentes del programa de Fisioterapia, quienes cumplen muchas veces el papel de reporteros y son ellos los encargados de conseguir las entrevistas. Para nuestras fuentes también ha sido un desafío, ya que, en su gran mayoría, son adultos que se han tenido que adaptar a esta nueva forma de vida y al uso continuo de aplicaciones digitales.

La interacción con los adultos y los adultos mayores que hacen parte de la prescripción del ejercicio físico también tuvo que modificarse y migrar a la virtualidad, a fin de seguir con el acompañamiento y hacer seguimiento de esta actividad a través de las redes sociales institucionales de la universidad (Facebook y YouTube). Esto fue una nueva iniciativa para expandir la misión de Amor a la Salud. Nuevamente en alianza con el Centro de Gestión de las Comunicaciones se implementó este proceso de transmisión en vivo del ejercicio físico usando las redes sociales institucionales para que el material se condense allí y los usuarios puedan acceder a él cuando quieran. Esta iniciativa se desarrolló los lunes, los miércoles y los viernes desde abril hasta junio de 2020.

Las estrategias que se han usado para la sostenibilidad social y financiera de esta iniciativa se relacionan directamente con la pertenencia de Amor a la Salud al programa de Fisioterapia, con la articulación de la iniciativa al ejercicio docente, que permite la participación de estudian-

tes, y finalmente con las alianzas con el Centro de Gestión de las Comunicaciones y los líderes del colectivo radial. Alianzas que han perdurado a lo largo del tiempo hablando, principalmente, del programa radial.

El proceso comunicativo ha sido transversal en toda la experiencia. Las dinámicas usadas se relacionan principalmente con una comunicación horizontal, con un permanente diálogo de saberes, una comunicación con sentido y liderazgo constructorista, bajo el modelo de cambio de roles y acciones, que determinan un trabajo colaborativo y en equipo. Las fases de preproducción, producción y posproducción del contenido radial estuvieron mediadas por reuniones virtuales en las que se definieron las actividades por realizar, las fuentes por consultar y los insumos necesarios para continuar con la elaboración del contenido; se estaba en continua comunicación con los aliados, los partícipes, las fuentes y los líderes del colectivo.

El aporte y el sentido de la experiencia son valiosos en cuanto a la calidad de las relaciones colaborativas construidas en el camino: se ha visto la transformación del cuerpo docente del programa de Fisioterapia y de los estudiantes líderes del colectivo Amor a la Salud a través del compromiso y la participación de todos, como actores en la construcción de seriados e iniciativa radiales; así mismo, hay una percepción positiva en la audiencia, entre quienes se cuentan adultos mayores, familias en general y estudiantes. Los principales cambios generados durante esta época se hallan enmarcados en una continua innovación y en el uso de diversas herramientas que permiten mejorar no solo el contenido radial,

sino la forma de contar, sistematizar, levantar y organizar la información y grabar el contenido.

## Interpretación-reflexión desde la experiencia

La experiencia suscita una reflexión en torno a la construcción colaborativa y a las posibilidades de incluir las ciencias de la salud en la comunicación y la educación. El reto principal está en la permanencia y el posicionamiento siempre nuevo y creativo en las producciones y los seriados venideros. Por ello, esta experiencia permitió aprender a innovar y a estar en línea con los avances tecnológicos y el uso de las TIC para mejorar continuamente el contenido de los programas radiales. Los cambios deben estar enmarcados especialmente en el grupo de actores institucionales y no institucionales que, de forma directa o indirecta, participan en Amor a la Salud y deben responder a las dinámicas actuales en las que se mueve la sociedad.

Esta experiencia ha enseñado que el trabajo colaborativo y la creatividad deben ser parte importante de todo proceso de educación e interacción social. La pandemia y el aislamiento preventivo enseñaron que es posible seguir de forma consistente con los procesos educativos y de proyección en medios de comunicación usando estrategias llenas de recursividad y de pertinencia. Por otro lado, Amor a la Salud nos ha brindado la oportunidad de rescatar y resaltar la importancia del trabajo en equipo, así como de aprender, de la mano con las comunidades, a fortalecer y enriquecer los diferentes procesos y las estrategias que se desarrollan desde la comunicación y la educación para la salud, y así nos ha brindado

la oportunidad de mejorar y de generar un mayor impacto en la salud de las comunidades y en los procesos de formación de los profesionales del área. Amor a la Salud ha mostrado que toda iniciativa enmarcada en las bases del amor, el respeto y la solidaridad, así como en buscar el bien común, la comprensión y el diálogo, permite dejar huellas de impacto significativas que se convierten en grandes frutos, como producto de grandes esfuerzos.

Para Gergen, participar en el lenguaje y en la construcción de la realidad que este propone es participar en una forma de vida o en una tradición específica que reproduce un entendimiento específico de la realidad, luego el lenguaje actúa como una proyección de las creencias y las representaciones que una comunidad específica comparte. Participar en el lenguaje es participar en la construcción y la reproducción de ciertas representaciones que una comunidad posee (López-Silva, 2013).

La experiencia en Amor a la Salud, desde su componente de prescripción de ejercicio físico y de producción radial, ha demostrado que la comunidad nace y se fortalece en torno a un lenguaje común. Así, el lenguaje común corresponde a la salud y al beneficio del movimiento sobre dicha comunidad. Si se concibe la salud como un estado de bienestar integral que trasciende lo biológico y está determinado por aspectos sociales y ambientales, la educación que suscita este programa radial busca acercarse a esa comprensión y, de esa manera, impactar de forma positiva a la comunidad que nace alrededor de ese lenguaje común que es la salud y el movimiento corporal humano.

También han sido importantes el trabajo en equipo y la experiencia de colaboración a través de roles y acciones, propios de la construcción y el trabajo colaborativo, más aún por causa del aislamiento preventivo, que suscitó un esfuerzo independiente de cada actor por la construcción colectiva de la realización radial y los demás desarrollos de Amor a la Salud.

## Referencias

López-Silva, P. (2013). Realidades, construcciones y dilemas: Una revisión filosófica al construccionismo social. *Cinta Moebio*, 46, 9-25