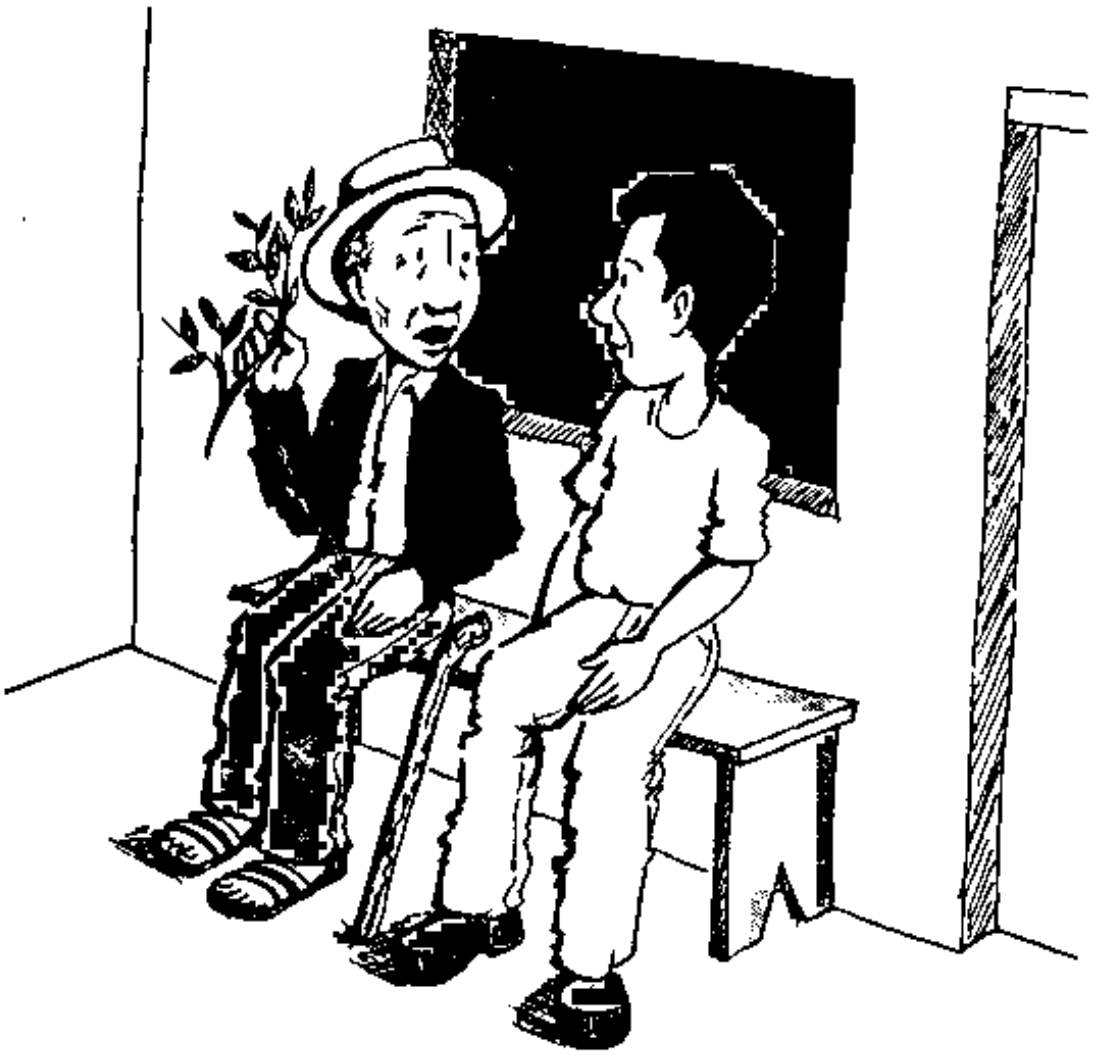
# Consejos para el Promotor de Salud



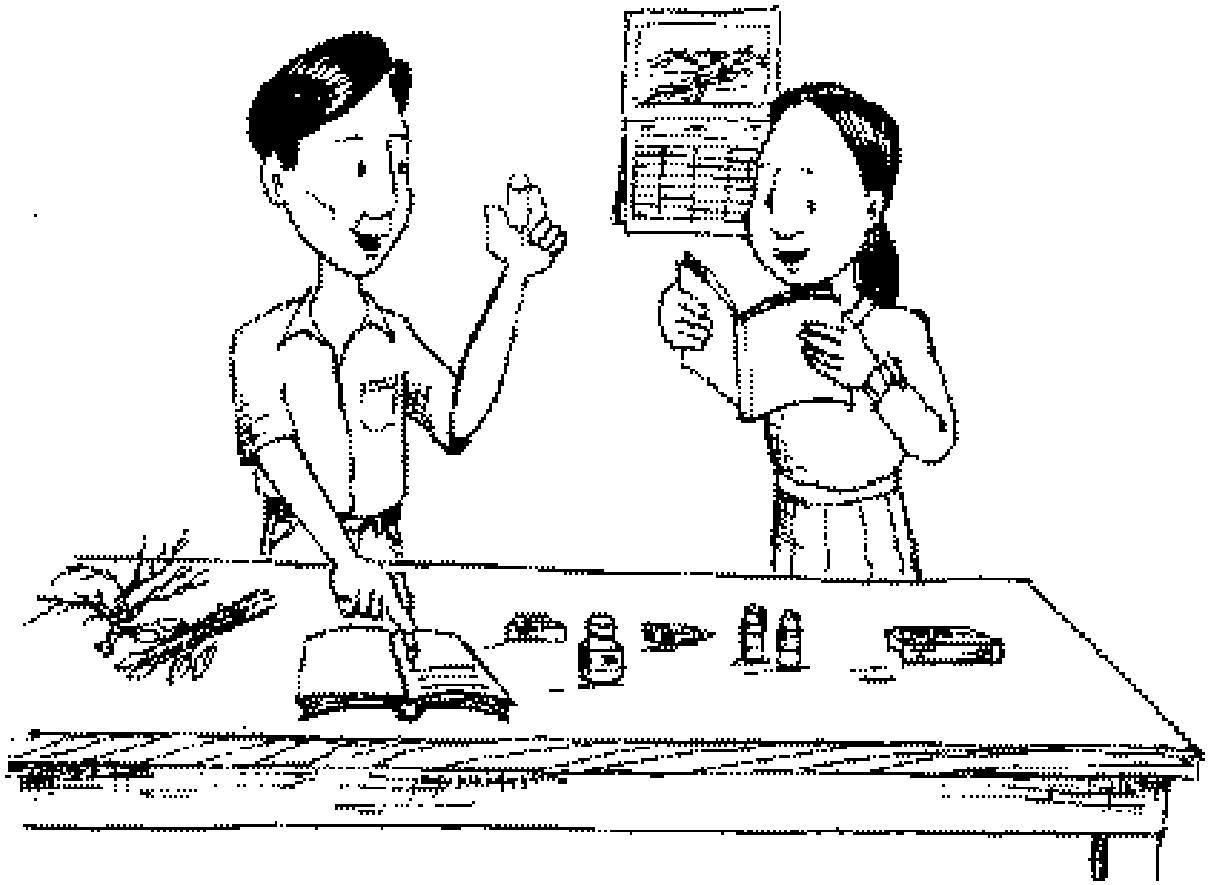
S.G.
S14
A173

Asociación para la Promoción
y el Desarrollo de la Comunidad

CEIBA

CEIBA

# Consejos para el Promotor de Salud



Joaquín Acevedo
**CEIBA**
Paula Acevedo
**Colectivo Paulo Freire**

**Consejos para el Promotor de Salud.**
Ediciones CEIBA,
Asociación para la Promoción y el Desarrollo de la Comunidad -CEIBA-.

Primera Edición,
Guatemala, 2000.

Mediación:
Paula Acevedo
*Colectivo "Paulo Freire"*

Texto:
Joaquín Acevedo
CEIBA
Paula Acevedo
*Colectivo "Paulo Freire"*

Ilustración:
Edgar Morales
Ricardo Pérez
Edgar Quisquinay
*Colectivo "Paulo Freire"*

Diagramación:
Edgar Quisquinay
*Colectivo "Paulo Freire"*

Este folleto se realizó y publicó gracias al apoyo solidario de INTERMON, el financiamiento del Ayuntamiento de Madrid y de la Casa de Madrid.

Este folleto puede copiarse, reproducirse o adaptarse para usarlo en el trabajo de salud y desarrollo comunitario, siempre y cuando no sea con fines de lucro. Agradeceremos que se envíe una copia del material reproducido a CEIBA.

Por favor, mándenos sus comentarios, críticas y sugerencias para mejorar este material. Pueden escribirnos a la sede central de CEIBA en:
30 av. "D" 14-67, Zona 7. Colonia Ciudad de Plata II.
Guatemala, Ciudad Capital. Tel./Fax: 473-8790
O al correo electrónico: **ceibaune@terra.com.gt**

# UNAS PALABRAS A LOS PROMOTORES Y PROMOTORAS DE SALUD

Este folleto es un intento de apoyarlos y aconsejarlos en ese difícil trabajo que es promover la salud en la comunidad.

Los consejos que les damos acá vienen de la experiencia de trabajar con muchos promotores de salud en diferentes lugares de Guatemala. También vienen de la experiencia y consejos de mucha otra gente que mencionamos en la parte de "Agradecimientos".

Pero seguramente algunos consejos son difíciles de llevar a la práctica y cada promotor o promotora tiene sus propias ideas sobre cómo trabajar.

Los promotores antiguos tienen también una experiencia muy valiosa y pueden aconsejar y orientar a los promotores y promotoras que apenas están comenzando.

Así que esperamos que nos digan lo que piensan de estos consejos o si ustedes le aconsejarían otras cosas a los promotores nuevos.

Este material lo escribimos con mucho cariño y admiración por el trabajo que ustedes promotores y promotoras hacen cada día en todas las comunidades, aún en los lugares mas alejados y en las condiciones más difíciles.

Sabemos que es un trabajo duro, que muy pocas veces nadie se los va a agradecer y que es fácil desanimarse. Pero creemos que el mejor consejo que se le puede dar a los promotores y promotoras es:

**El trabajo que hacen es muy importante**

**¡Sigan adelante!**

# PRESENTACION

"... ha surgido una nueva clase de promotor de salud. Estos promotores hablan por los 'pobres sin voz'. Su meta es la salud para todos, pero una salud basada en la dignidad, la atención cariñosa y una distribución más justa de la tierra, la riqueza y el poder."

*David Werner*

Las condiciones de vida en nuestro país, Guatemala, se han caracterizado por la pobreza (que en muchos casos es miseria), la elevada mortalidad infantil y materna, la elevada incidencia de enfermedades que pueden prevenirse, la desnutrición infantil y la ausencia de servicios de salud y médicos en la mayoría de comunidades rurales, en donde la población subsiste sin acceso a la Salud y la Educación.

Ante esta situación, desde hace varias décadas, la Iglesia, organizaciones no gubernamentales, organizaciones populares, cooperativas y las propias comunidades, han buscado hacerle frente a las enfermedades con la estrategia de capacitar a personas de la propia comunidad, que se forman para ayudar a su propia gente.

Se les han dado diferentes nombres, pero el mas común es el de promotores de salud.

Aunque en cada programa la formación de estas personas ha tenido sus características, en general se les capacita para:

- Llevar educación sobre la Salud a la comunidad
- Promover la prevención de las enfermedades
- Atender las enfermedades mas comunes

Ellos y ellas han tenido en común el trabajar voluntariamente contra el sufrimiento y la enfermedad, a menudo en condiciones adversas y a veces arriesgando su propia vida.

Este folleto intenta ser una ayuda y dar orientación a los promotores de salud nuevos que están iniciando, tal vez llenos de dudas y temores, el difícil camino de trabajar por la salud de su comunidad.

Los materiales educativos dirigidos a promotores y promotoras de salud, con frecuencia enfocan sólo los aspectos técnicos. Creemos que hacen falta materiales que contribuyan a la formación ética y no sólo técnica de promotores y promotoras de salud, ya que por el tipo de labor social que realizan, es fundamental el trabajar teniendo como prioridad las necesidades de la gente y la comunidad.

Aunque en CEIBA tenemos una experiencia enriquecida por los aportes de numerosos promotores de salud, tenemos claro que en algo tan complicado como trabajar por la salud de la comunidad, siempre hay excepciones y diferentes formas de ver las cosas.

Por esto, aunque reconocemos que pueden haber opiniones diferentes sobre los consejos que acá damos al promotor, lo que pretendemos es que este material sea un aporte que contribuya a la formación de los promotores y promotoras que trabajan por la salud en cada rincón de Guatemala.

# AGRADECIMIENTOS

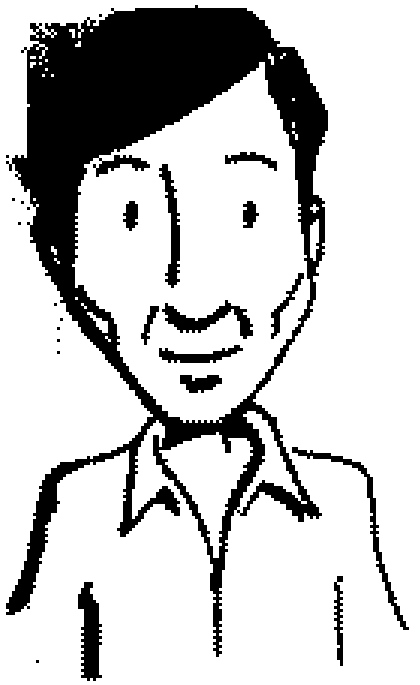
...emos a INTERMON, al Ayuntamiento de Madrid y a la ... Madrid por su apoyo solidario y económico, el cual ...o posible la elaboración y edición de este material.

...os de los consejos que ponemos acá están tomados o ...pirados en los libros "Donde no hay doctor", "Buscando ...remedio" y "Aprendiendo a promover la salud" o están ...spirados en el ejemplo de gente que ha dedicado su vida al ...abajo con los promotores de salud. Personas como David Werner, María Annel, Marie Paul Brokmanf, Inmaculada Burke y Juana Buellesbach entre muchas otras. Juan Carlos Verdugo, Delfino Chall y Jorge Maldonado, así como muchos compañeros y compañeras de la Asociación de Servicios Comunitarios de Salud ASECSA, de CEIBA y de la Instancia Nacional de Salud.

Han sido inspiración el trabajo y la experiencia de promotores de salud con años de servicio a su pueblo como José Ros, José Vásquez, Alberto Velásquez, Antonio Domingo, Juán Méndez, Francisco Espinoza, Pedro Torres, Mateo Camelo, Bartolomé Pérez, José Díaz, Joselino Martínez, Carlos Hernández, Maximiliano de León, Juan José Ventura, Ludovina Pérez, Diego Guachiac, Felix Talé, Rafaél Pérez, Gabino Ramírez, Andrés Pablo Mendoza(†). Asociaciones de promotores de salud como ASDIM en la zona Mam de Huehuetenango, APROSCHUN en la zona Chuj de Nentón y AMAPROS en Todos Santos Cuchumatán, los brigadistas de las Comunidades de Población en Resistencia -CPR- y promotores y promotoras de salud en muchos otros lugares.

A todos ellos y ellas: GRACIAS.

# Así me hice Promotor



**Andrés** es promotor de salud rural en una aldea que no tiene Puesto de Salud.

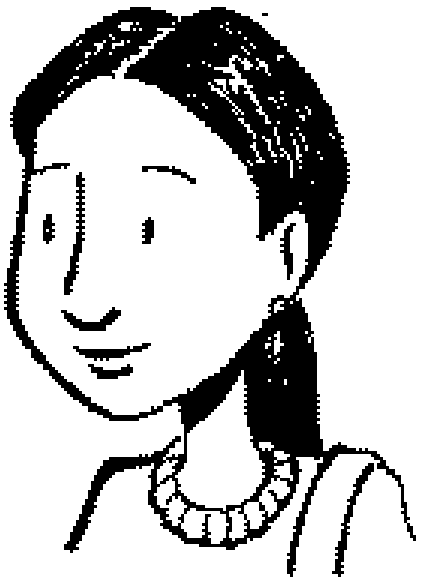
El Centro de Salud más cercano está a varias horas de camino del lugar donde Andrés vive y trabaja. Por supuesto, no hay médico.

Andrés tiene mucha experiencia por los años que tiene de ser promotor. Aunque está un poco cansado por tanto trabajo, sigue con muchas ganas de ayudar a su comunidad.

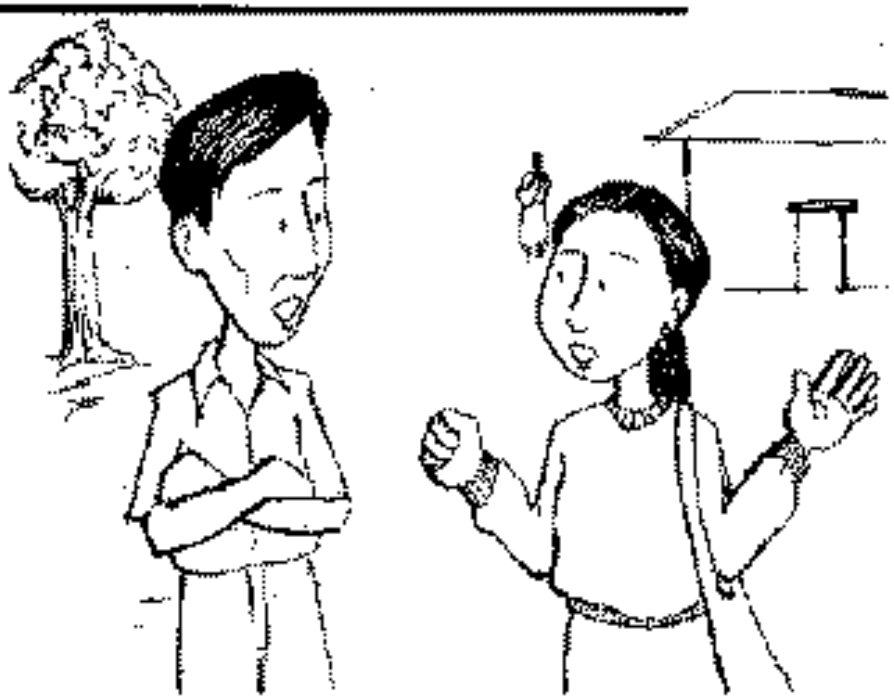
**Francisca** es una promotora nueva.

Recientemente fue nombrada por su comunidad.

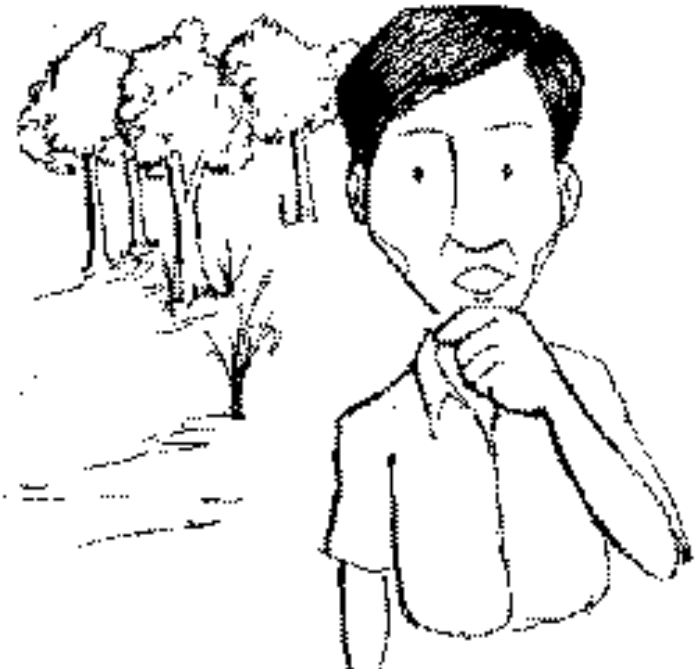
No tiene experiencia pero si mucho entusiasmo y ganas de aprender.



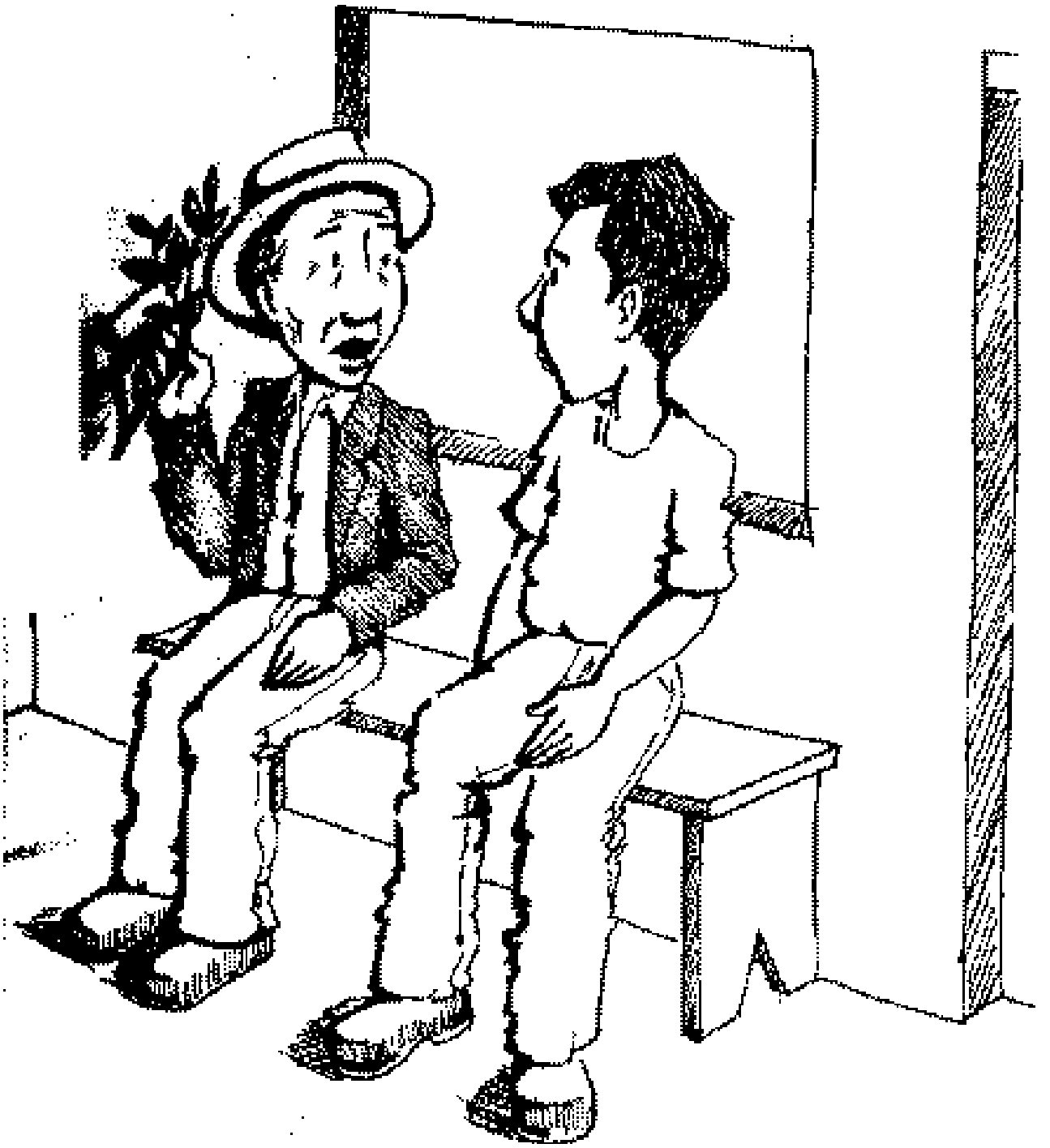
**¿Qué les parece si conocemos un poco más de ellos?**



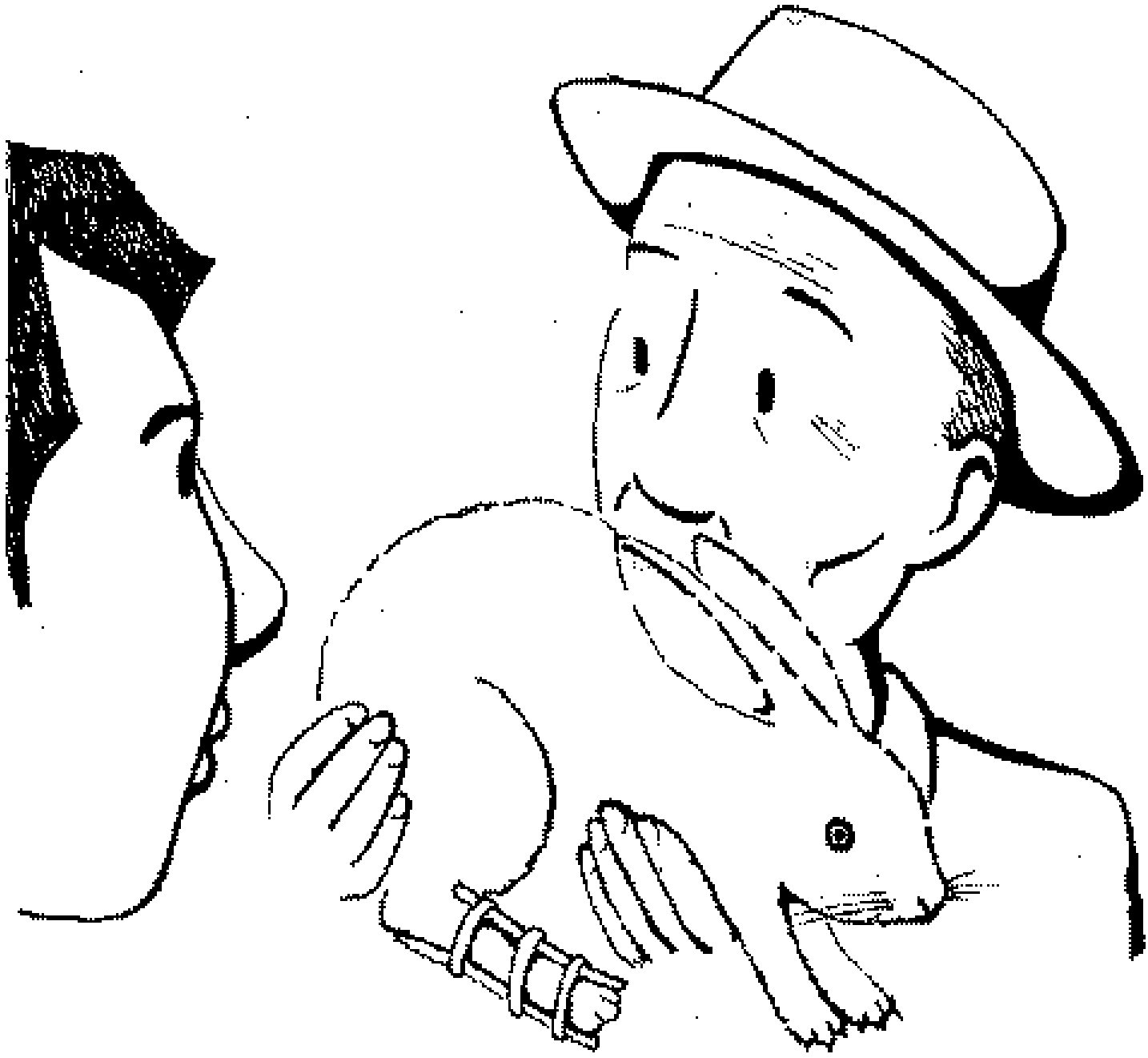
**Andrés:** ¿Qué tal tu primer semana como promotora, Francisca?
**Francisca:** Pues aquí, toda cansada. Es duro a veces ¿Verdad?, ¿Cóm
fue que usted decidió dedicarse a promotor?



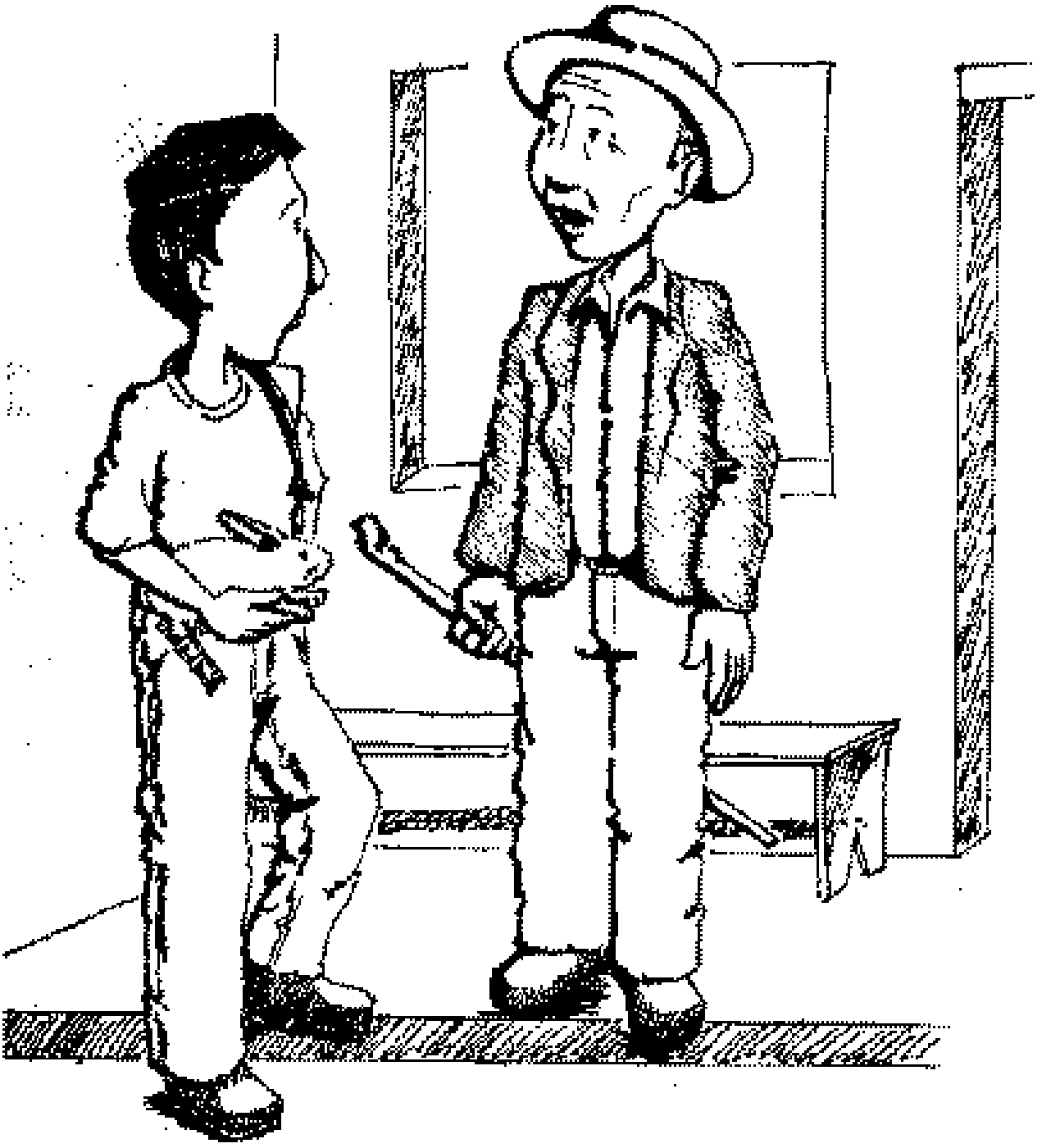
**Andrés:** ¡De veras! Hace rato que no pensaba en eso, dejá que m
recuerde:Lo primero que recuerdo es que cuando era chiquito y
ayudaba a curar a mis hermanitos y también curaba a los animale
de la casa.



También me acuerdo de un curandero que me enseñó muchas cosas... Don Martín se llamaba el curandero, tenía como ochenta años y vivía bastante lejos en un cerro, de él aprendí muchas cosas. Él sabía cómo curar cuando no había medicinas de los que venden en la farmacia.

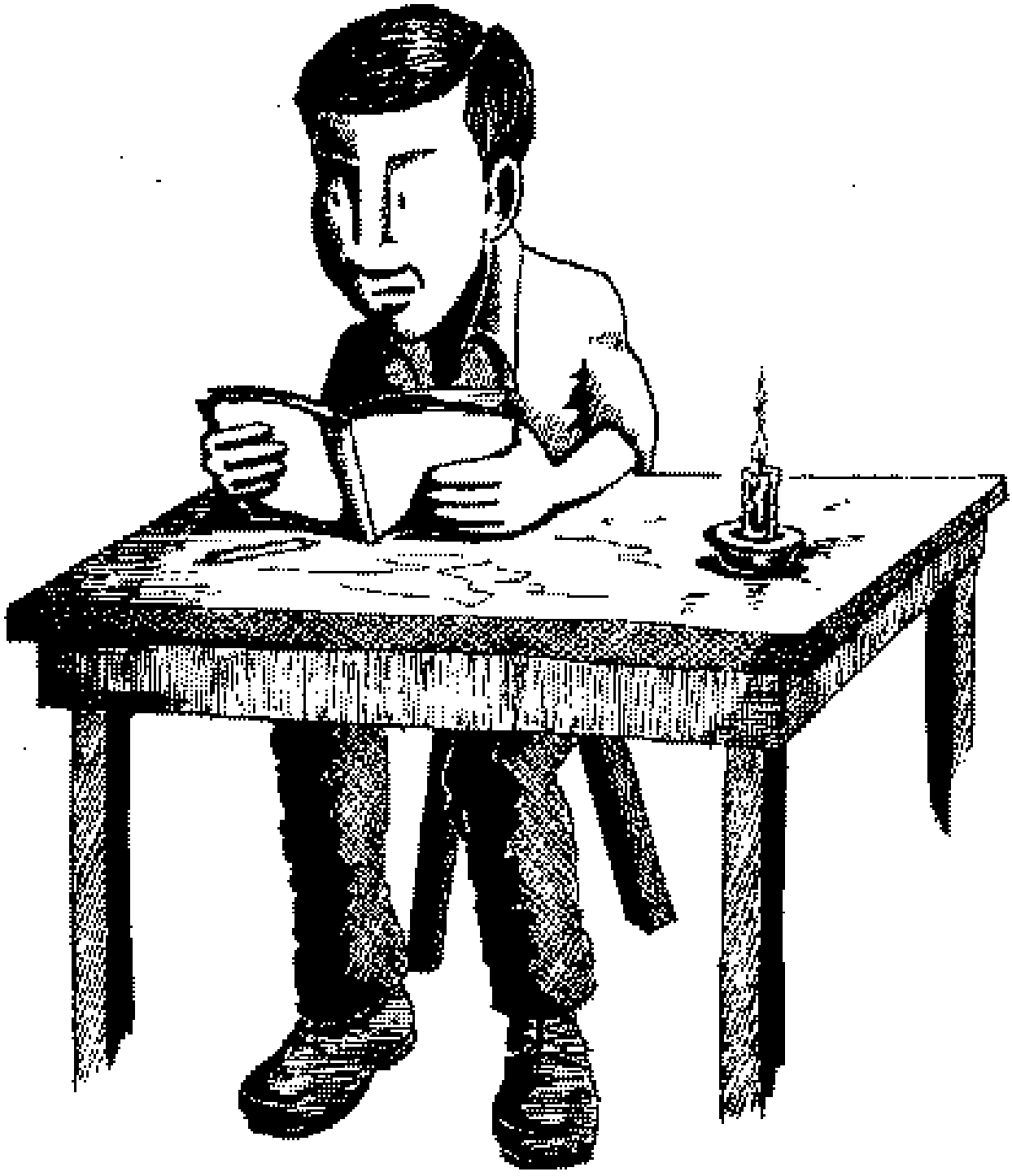


Un día le llevé un conejo que se había quebrado su pata y me preguntó: "¿Quién le puso este entablillado?", Y le conté que yo se lo había puesto. A él le pareció bien y me dijo: "con esto que le pusiste es suficiente, va a sanar".

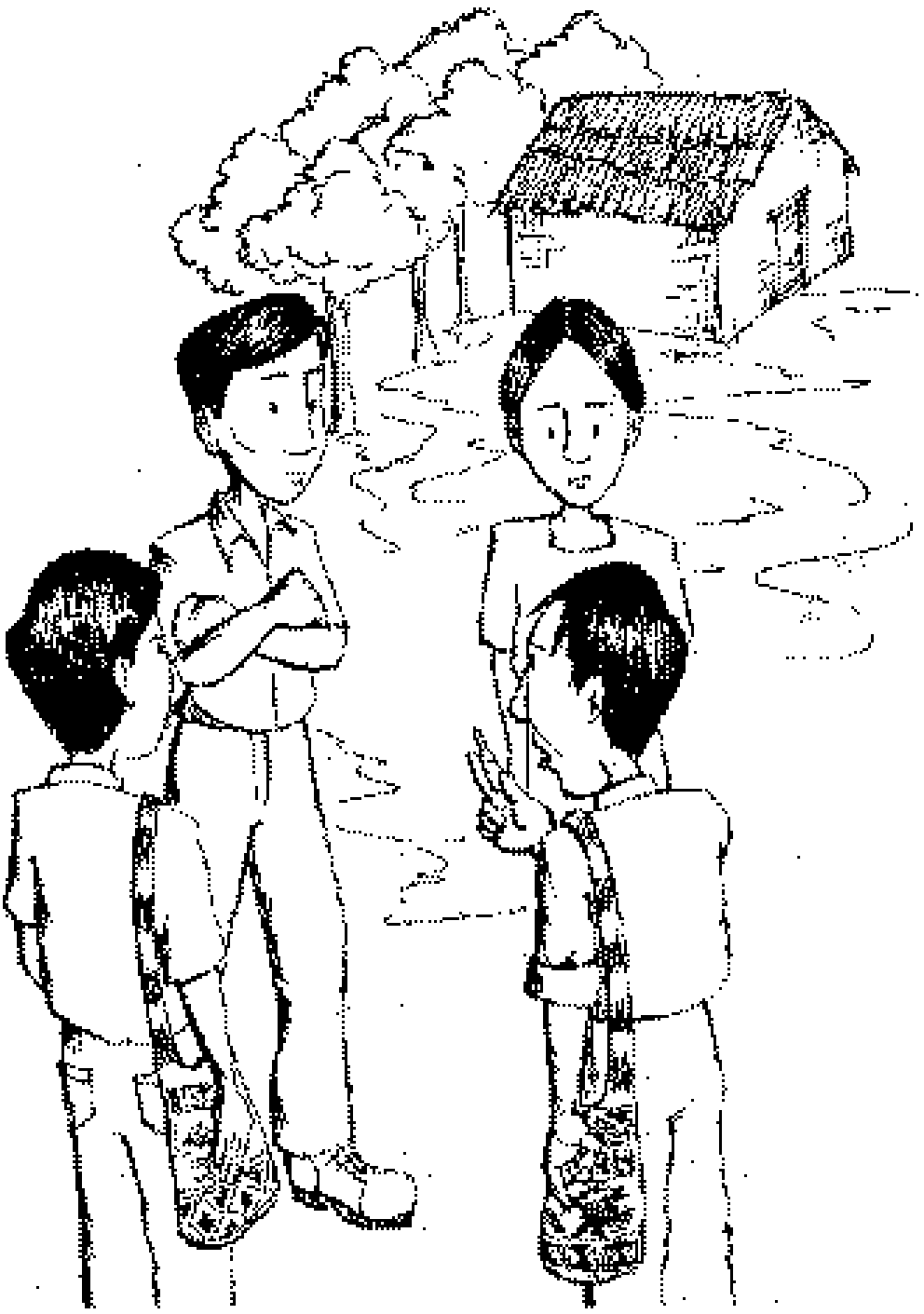


"¿En qué día naciste, Andrés?" Me preguntó el curandero. Yo le conté que nací un día 28 de agosto de 1965. "Ahh... eso quiere decir que tu día maya es Tijax y que podés curar", me dijo él. Eso me alegró mucho porque eso es lo que siempre me gustó hacer. Más adelante, él fué el que me dio la idea de ser promotor de salud.

Cuando tenía como 16 años, empecé a darme cuenta de que la situación en mi comunidad era muy difícil. Me preocupaba ver tantos niños enfermos, tantas personas enfermas y que no había ningún doctor que los atendiera.

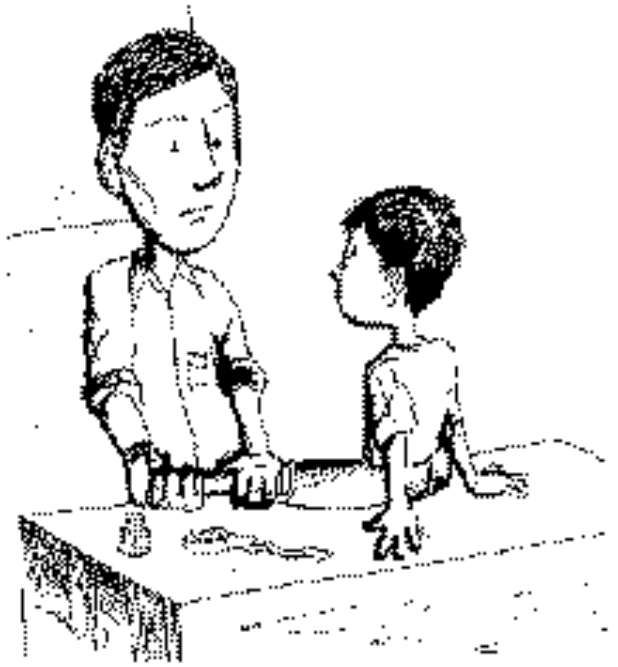


Una noche soñé que yo era promotor y que ayudaba a la gente en mi comunidad. Así fue que me decidí a ser promotor de salud, pero todavía estaba muy joven y no tenía la suficiente experiencia como para que la gente confiara en mi. Entonces me puse a aprender todo lo que necesitaba para ser un buen promotor de salud.

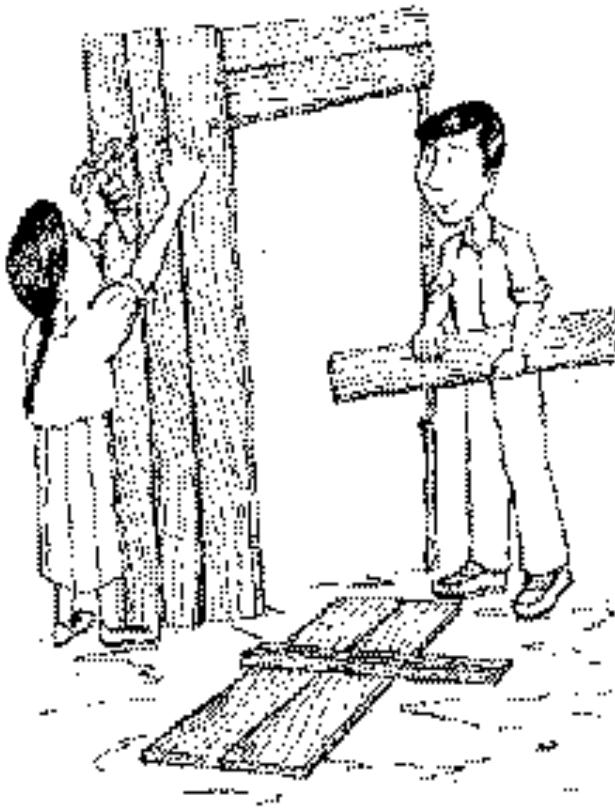


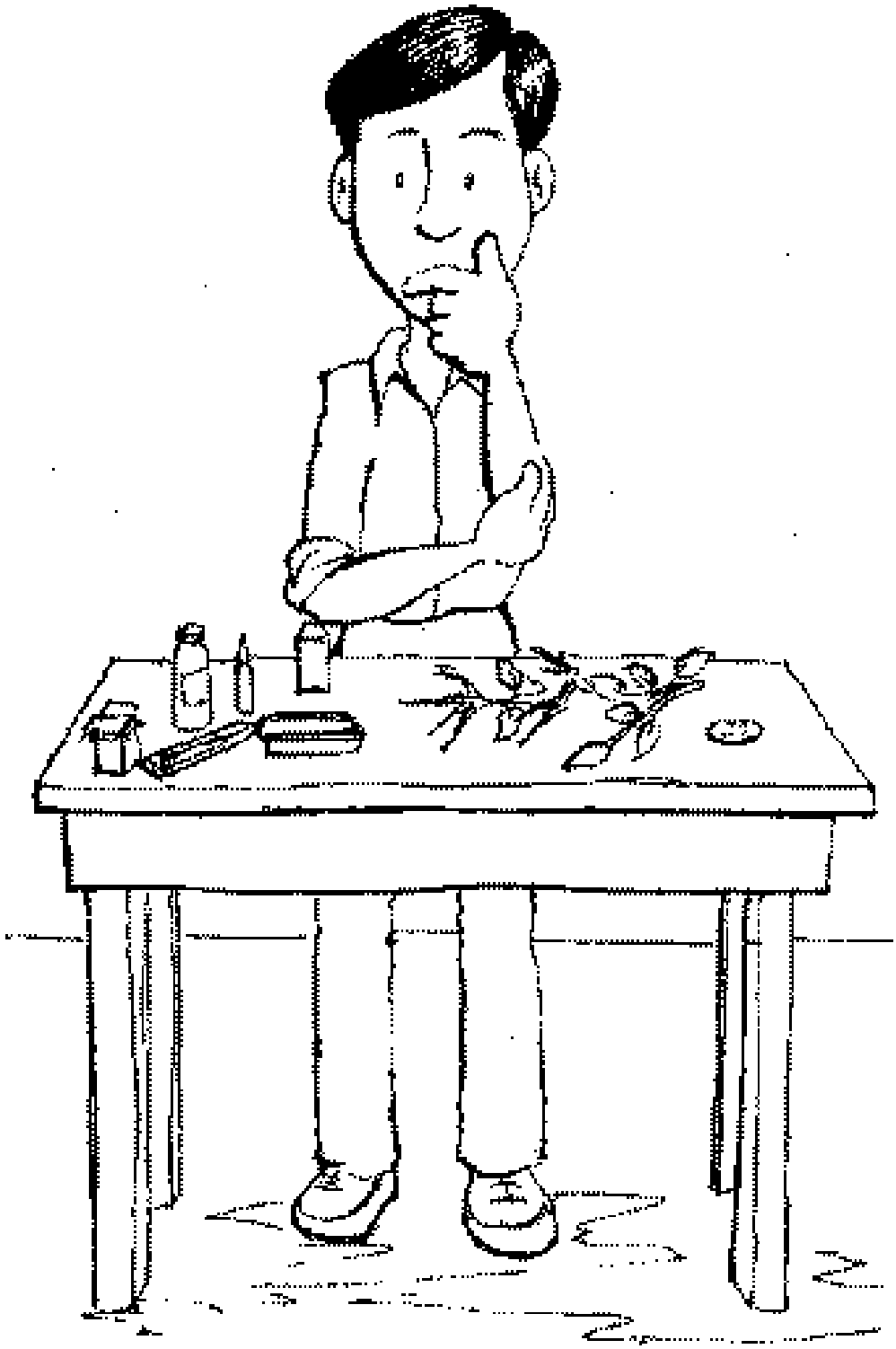
Ya tenía un poco más de experiencia cuando conocí a otros promotores que trabajaban juntos. Ellos me fueron contando qué cosas se necesitaban para trabajar como promotor. Algunas de esas cosas eran: ser mayor de edad para que la gente me respetara y siguiera mis consejos. Vivir en la comunidad y hablar el idioma que la gente habla...

Me acuerdo que fue la comunidad la que me nombró. Fue un día en que se reunieron todas las personas en asamblea y platicaron de las posibles personas para ser promotor o promotora de salud. Me escogieron porque me conocen, porque saben que me gusta ese trabajo, y porque sabía leer y escribir, todo eso me iba hacer más fácil ayudar. También me eligieron porque hablo el Mam que es el idioma que habla la gente en la comunidad, pero también hablo Castellano.



Después me fui metiendo cada vez más en lo que es el trabajo del promotor de salud, yo pensaba que solo podía ayudar curando enfermos, pero ahora sé que también puedo ayudar enseñando a la gente a prevenir las enfermedades y a darse tratamiento en las molestias más comunes.

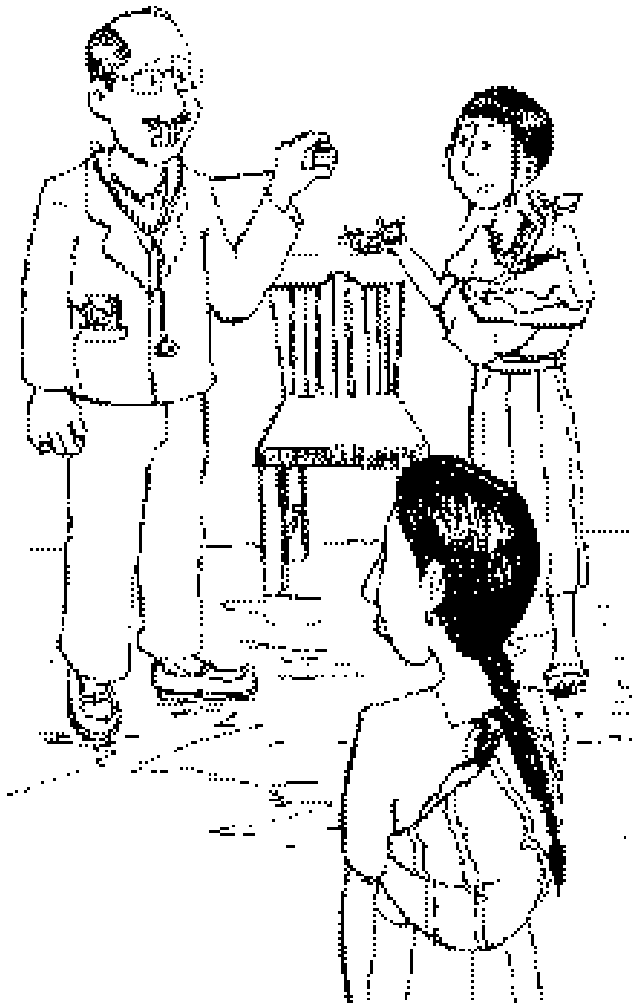




npecé probando la medicina tradicional y otras veces usaba la edicina moderna. Así fui aprendiendo que las dos formas de curar on necesarias y que las dos tienen sus cosas buenas y sus cosas alas.

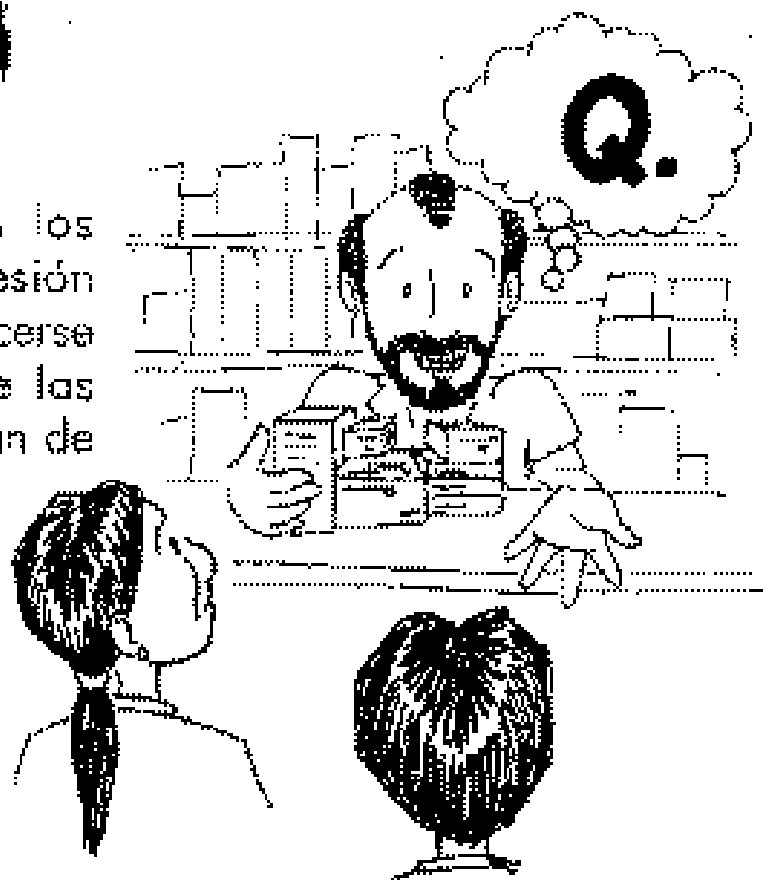
Y como ya era promotor, tenía dos trabajos: el trabajo de la salud y el de agricultor. Porque casi siempre los promotores tenemos que ganarnos la vida de otra manera, y es que los promotores no ganamos dinero, lo hacemos por la voluntad de ayudar.

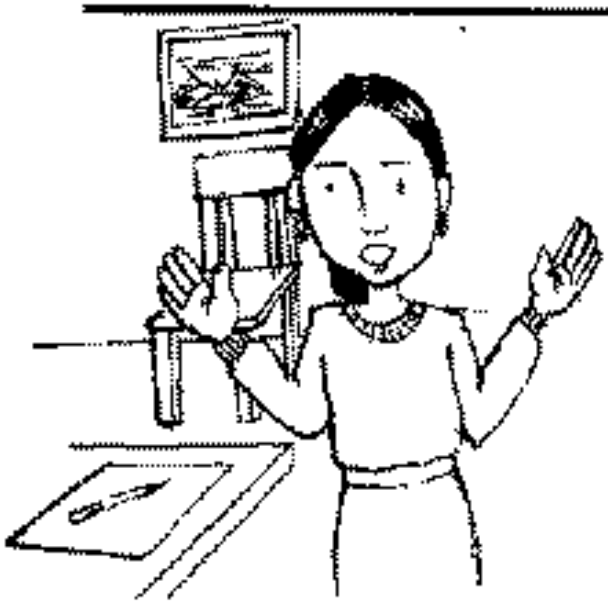
ra que ya he agarrado experiencia, lo que me interesa es buscar
vez más conocimientos y viajar para conocer a otros promotores
mpartir nuestras ideas.



Y si de algo estoy convencido es de que es necesario hacer un trabajo serio y de que el trabajo de promotor no puede usarse para engañar a la gente.

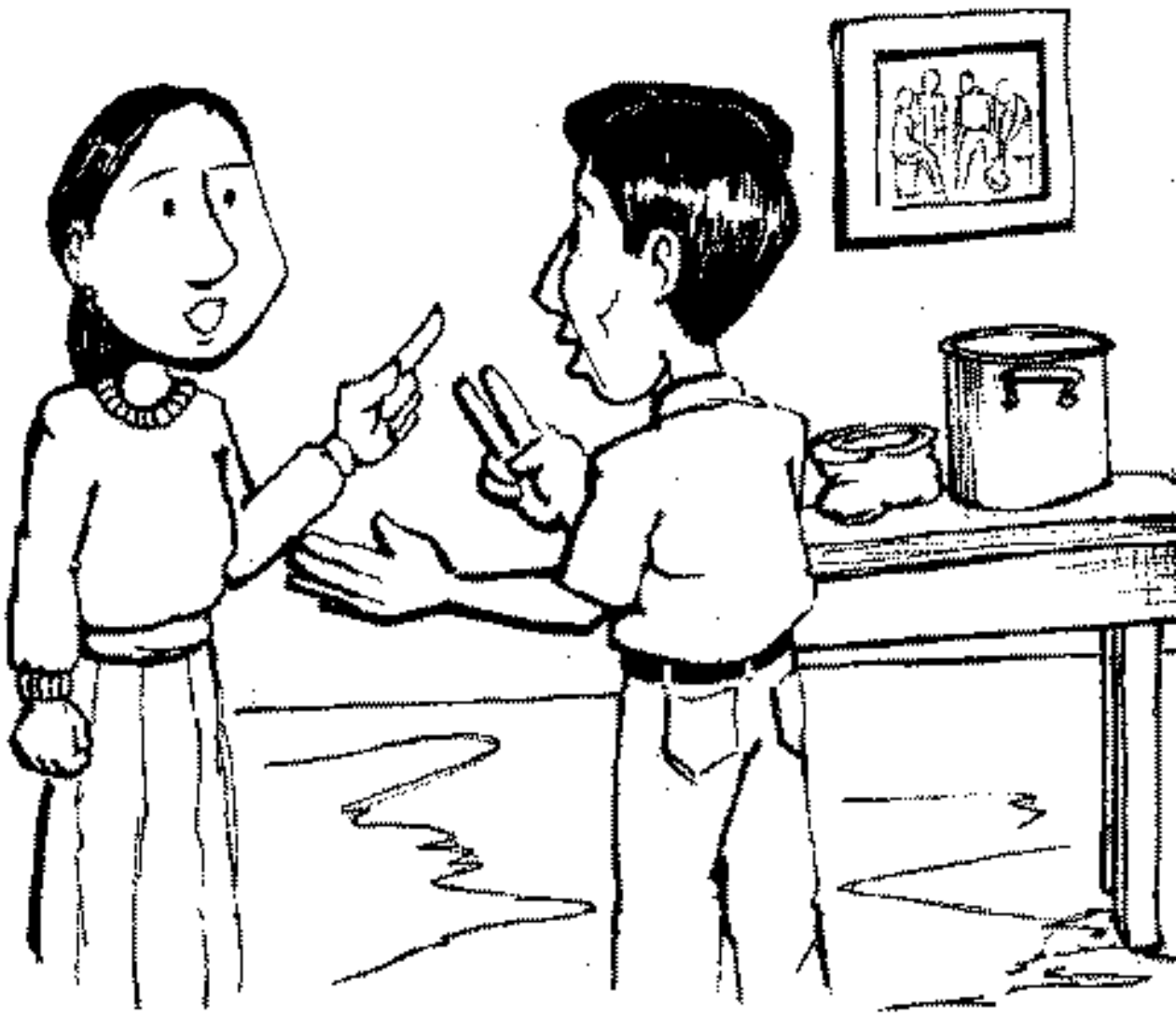
Ya bastante tenemos con los médicos que usan su profesión para hacerse ricos o para hacerse fama, y con los dueños de las farmacias que se aprovechan de la gente.





**isca:** ¿Y por qué no escogieron mujeres para ser promotoras?

**rés:** Bueno, los promotores de salud pueden ser hombres o mujeres, ue pasa es que en ese tiempo en mi comunidad las mujeres todavía se animaban a participar y los hombres decían que las mujeres no ían cabeza para pensar. Ahora, ya hay dos promotoras, la munidad decidió escogerlas a ellas y probar. Creo que se han dado enta de que el trabajo de una mujer también puede ser muy bueno uy útil para la comunidad.



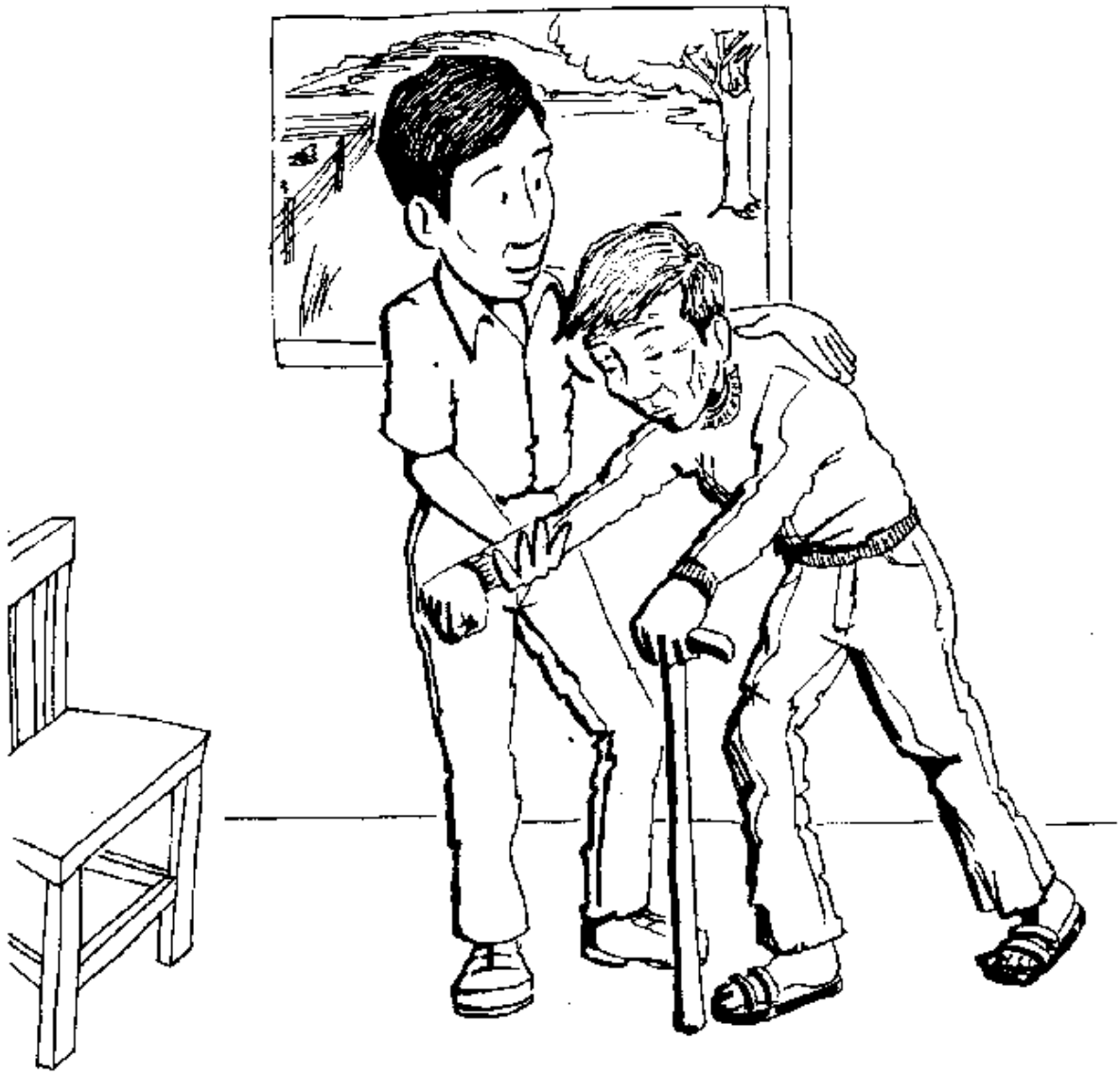
**Francisca:** Que bueno que me cuenta todas estas cosas. Yo dec
promotora por las mismas razones que usted, y estoy conscie
que hay que hacer un buen trabajo, pero no sé cómo empezar

**Andrés:** Pues lo primero es querer ayudar a tu comunidad, lo se
es ganar experiencia, pero además te voy a dar algunos consej
te pueden servir:

# Consejos para el Promotor de Salud

Universidad de San Carlos de Guatemala

# Consejos para el Promotor y la Promotora de salud



## Sea amable:

Recuerde que está trabajando con personas, trate de tomar en cuenta sus sentimientos y necesidades. A veces lo que más necesitan las personas es sentir el apoyo de alguien más.

## 2. Comparta lo que sabe:

Su principal tarea en la comunidad es ayudar a que la gente resuelva sus problemas sin depender de nadie más. Por eso es importante que ayude a la gente a aprender más sobre cómo evitar las enfermedades y cómo curarse ellos mismos cuando no hay un médico. Es más fácil que la situación de su comunidad mejore si hay varias personas con conocimientos que si solo son una o dos.

## ele valor a la experiencia de la gente:

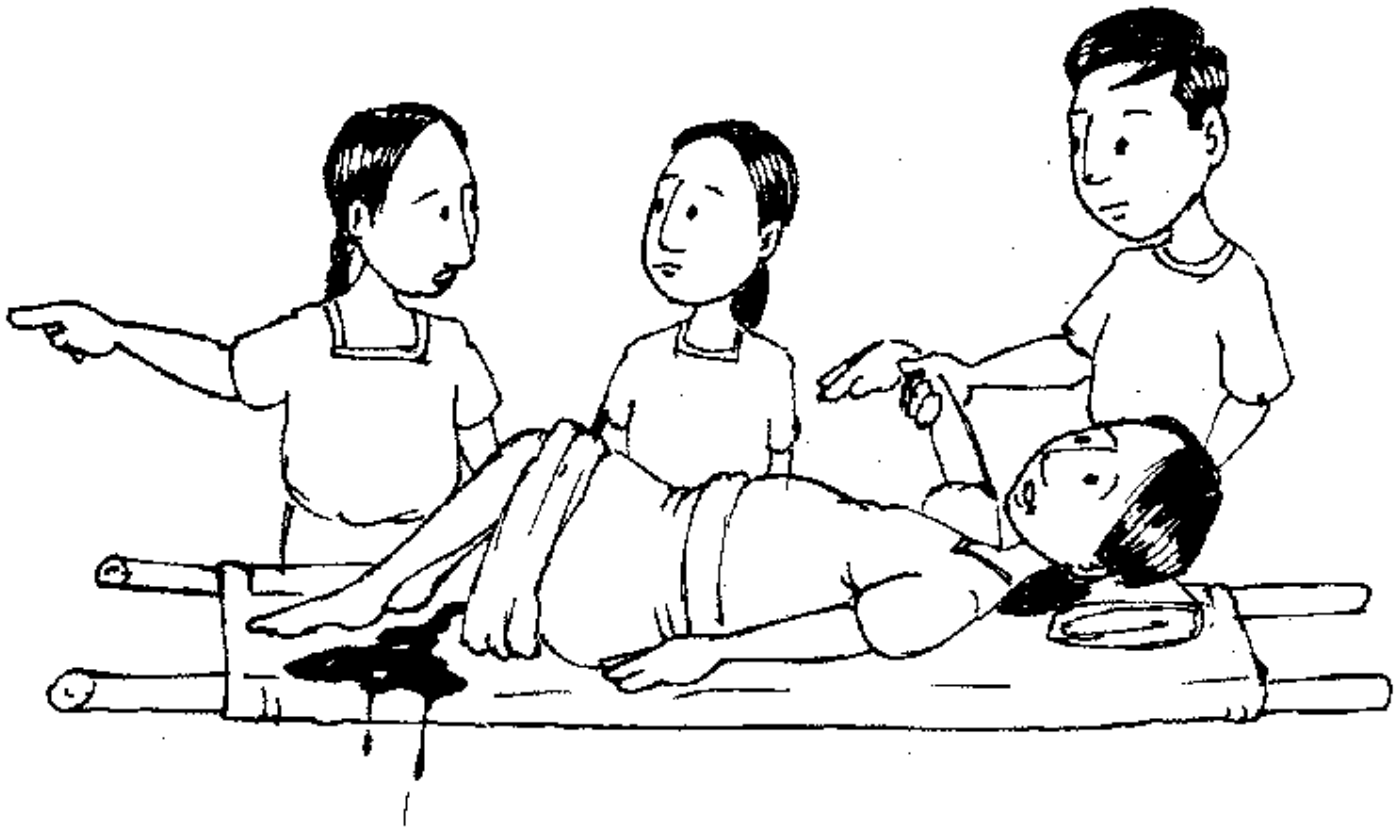
o que la gente sabe es muy valioso porque casi siempre han onseguido sus conocimientos en la vida diaria, o de lo que las ersonas mayores han enseñado. Antes de recetar a una persona, antes de hacerle recomendaciones, también pregúntele qué ha stado haciendo para resolver su problema. Siempre tenga en la ente y en el corazón el respeto a las ideas y tradiciones de su ente, recuerde que es el tesoro más valioso que les queda. Por so es importante que respete lo que ellos hacen aunque no siempre sté de acuerdo.

## 4. Los compañeros del promotor de salud:

El promotor de salud no debe trabajar solo, es mejor que busq
trabajar junto con otras personas de la comunidad. Con l
Comadronas, los Curanderos y los Sacerdotes Mayas, l
Promotores agrícolas, Pecuarios y de Educación, los Comités de
comunidad, los Maestros, las Organizaciones Populares
Campesinas. Siempre es bueno apoyarse con las demás person
que quieren que las cosas cambien en su comunidad, en nuest
país y en el mundo. Aprenda de las personas y al mismo tiem
anímelas a que aprendan de usted.

## 5. Haga las cosas que sabe hacer:

No trate de hacer cosas muy delicadas o difíciles cuando le falta conocimiento o experiencia, puede ser peligroso. Ante todo hay que ser responsable con la salud de la gente.



**6. Tome decisiones con calma, pero no pierda tiempo:** Cuando hay enfermos graves hay que hacer las cosas lo más rápido que se pueda, pero al mismo tiempo hay que estar tranquilos. Al ponernos nerviosos podemos cometer más errores y asustar a la gente. No tenga miedo de hacer cosas difíciles cuando no es posible llevar al enfermo a un centro de salud o a un hospital. Por ejemplo, si tiene que atender a un niño con una neumonía grave o a un herido con hemorragia, usted debe de hacer todo lo que se pueda, sin miedo. Rápido, pero sin perder la calma (Si tiene quien le ayude, pídale que revise lo que dice el libro «Donde no hay doctor» o el libro «Buscando remedio»).

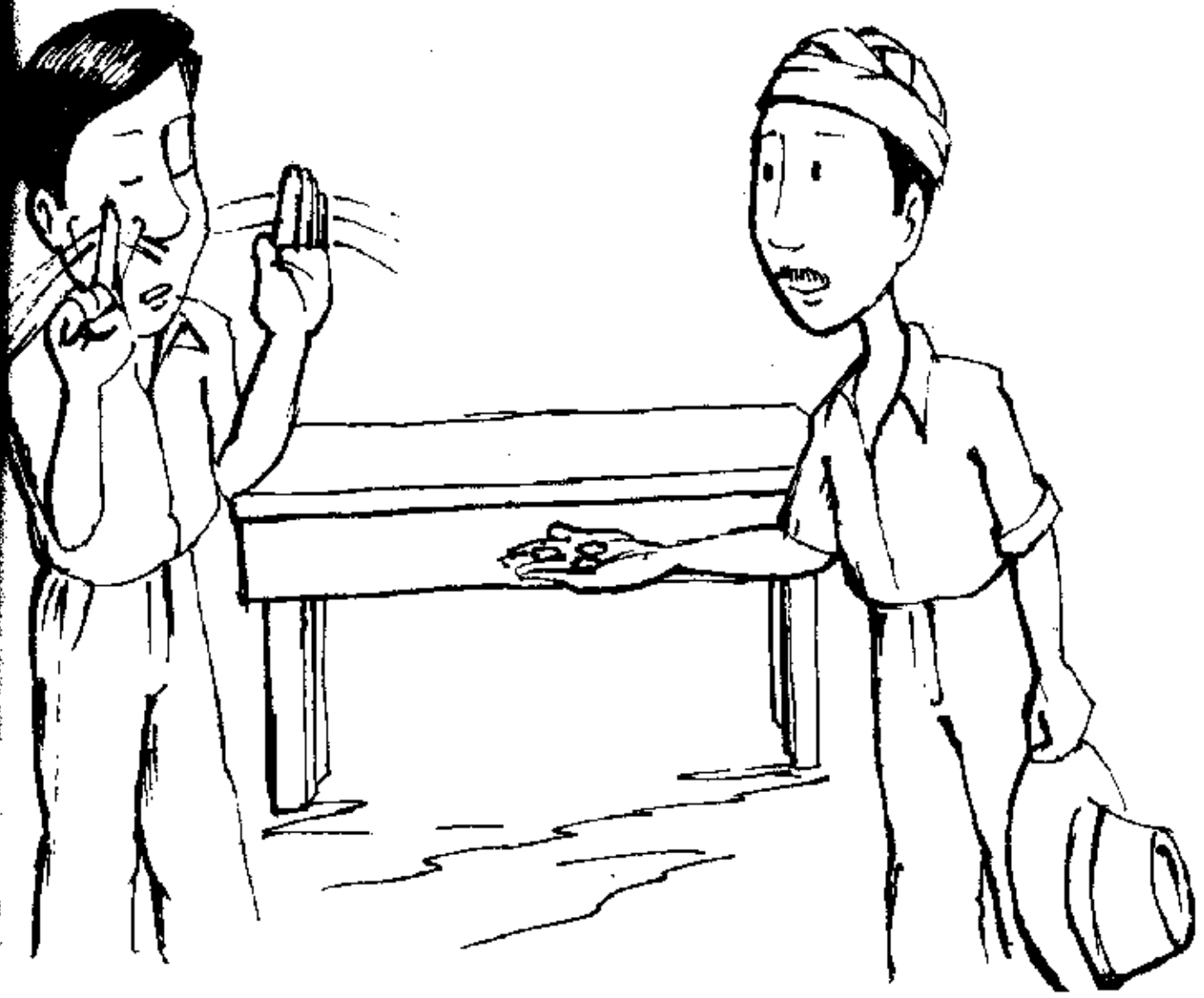
## 7. Siga aprendiendo:

Para ser un buen promotor de salud hay que estar aprendiendo cosas nuevas, es importante que le dedique tiempo a leer bastante. Y aproveche siempre cualquier oportunidad que se le presente para capacitarse y asistir a cursos.

Es bueno que el promotor tenga en su casa libros como «Donde no hay doctor», «Buscando remedio», «Medio ambiente y salud», «Las plantas medicinales en la salud de la comunidad», «Materno infantil», o «Fichas informativas de medicamentos esenciales», para que estudie un poco cada día.

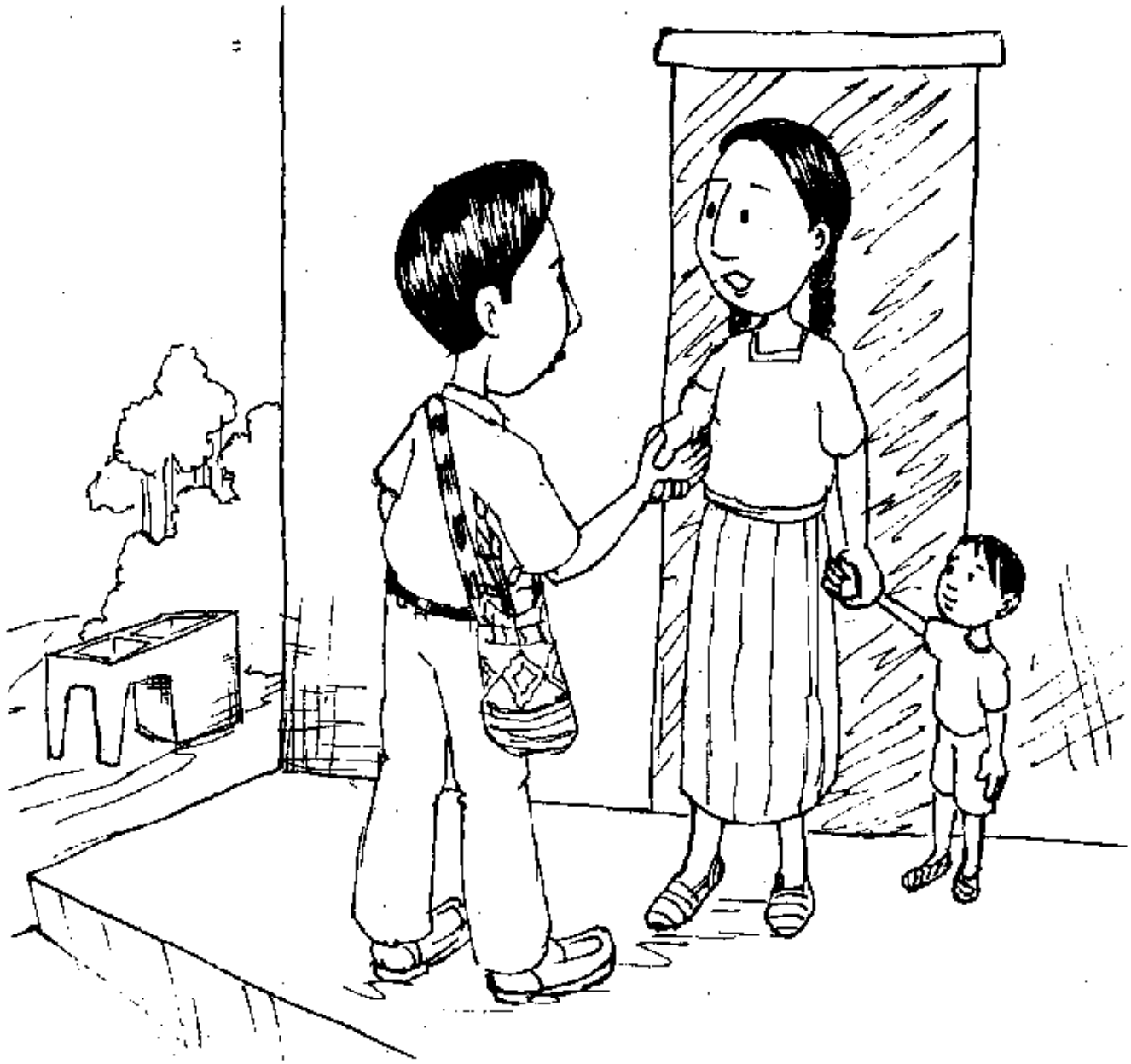
## 8. De el ejemplo:

No le diga a la gente lo que debe de hacer, también hay que dar el ejemplo con sus propios actos.

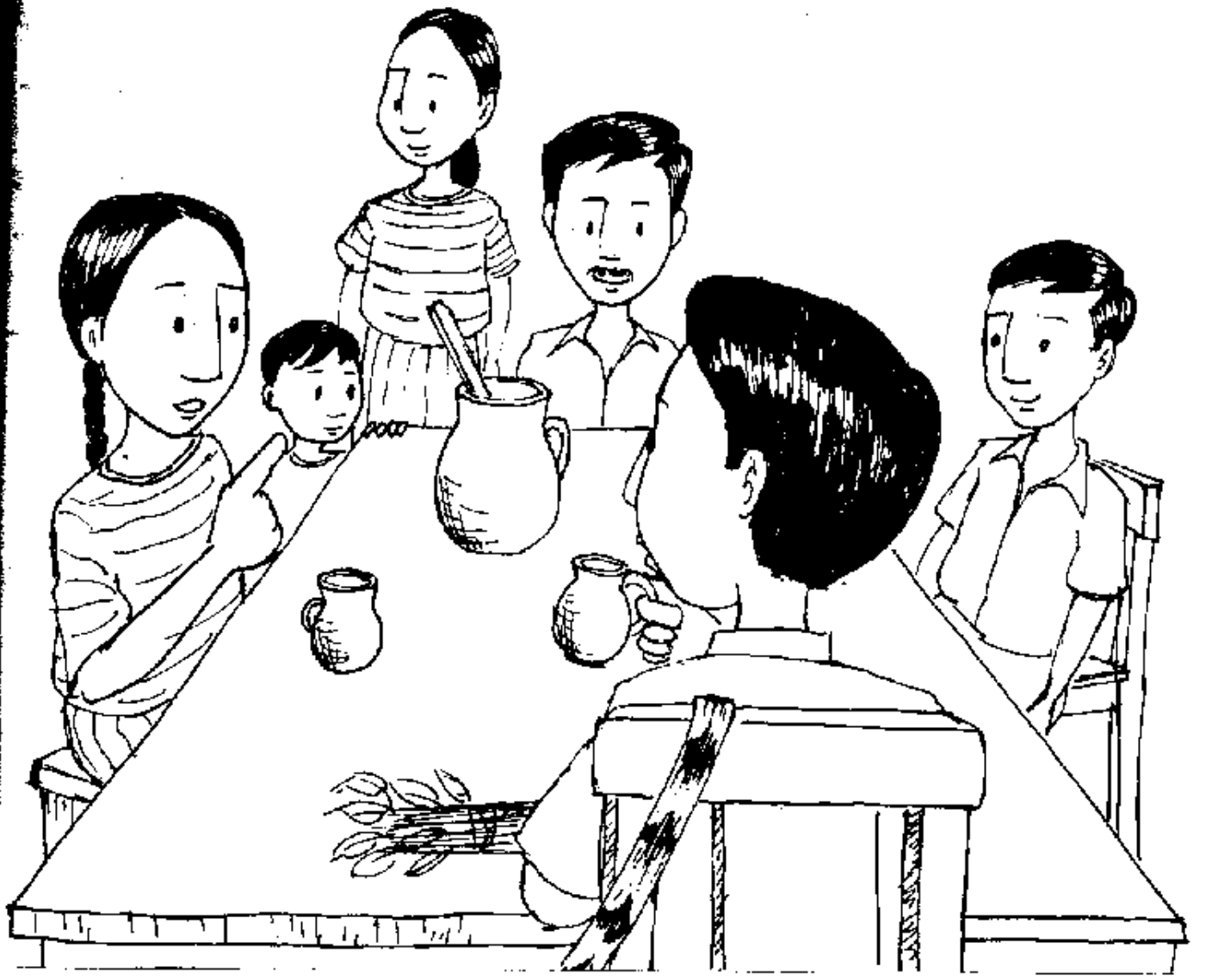


**. Trabaje por la voluntad de ayudar:**

Haga las cosas sin esperar nada a cambio, lo importante es poder ayudar a la gente, principalmente a aquellos que son pobres y no pueden pagar. Eso lo va a llenar de felicidad, satisfacción y se ganará el respeto de su gente.



**10. No espere a que la gente se enferme para ayudarla:**
Es mejor enseñarle a la gente a prevenir las enfermedades ante
de que comiencen. Piense en el futuro y ayude a otras persona
hacer lo mismo.



## 11. Conozca bien a su comunidad:

Para lograr resolver las necesidades de la comunidad se necesita conocer las raíces de los problemas. No se conforme con lo que ya conoce, visite a le gente, pregúnteles sobre sus problemas, fíjese en todos los detalles de las costumbres y de la forma en que viven, y escriba todo lo que vaya descubriendo. Esto le ayudará a llegar a las raíces de los problemas.

## 12. Use las cosas que hay en la comunidad:

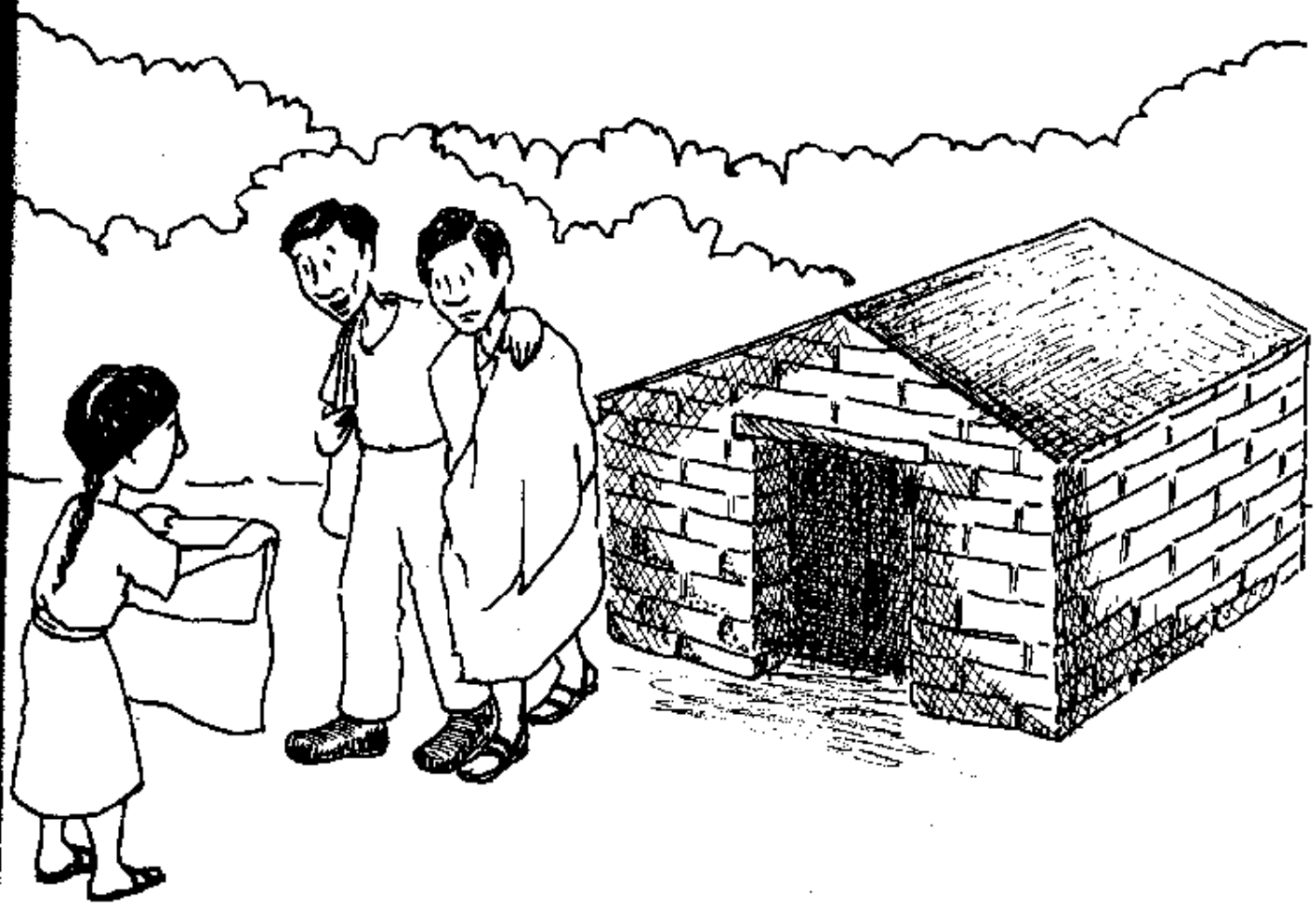
Hay que tratar de no usar cosas que no se consigan en l
comunidad, para que la gente se acostumbre a aprovechar
máximo lo que tiene. Eso también ayuda a no depender del dine
o de otras organizaciones, así la gente se va a dar cuenta de qu
las cosas son más valiosas cuando las hacen por sí mismos.

## 3. Pruebe nuevas ideas:

Un buen promotor o una buena promotora siempre debe estar haciendo experimentos. Pruebe hacer las cosas de varias formas, si no le sale bien una cosa, pruebe de otra manera. Por ejemplo, si usted sabe hacer el suero oral con un litro de agua, una cucharada de azúcar y la punta de una cucharada de sal o bicarbonato, pruebe agregarle limón o naranja, pruebe agregarle miel o un poco de jugo de caña, así irá viendo qué es lo que funciona mejor (este solo es un ejemplo pequeño, anímese a probar con cosas más grandes, siempre y cuando no ponga en peligro la salud de las personas).

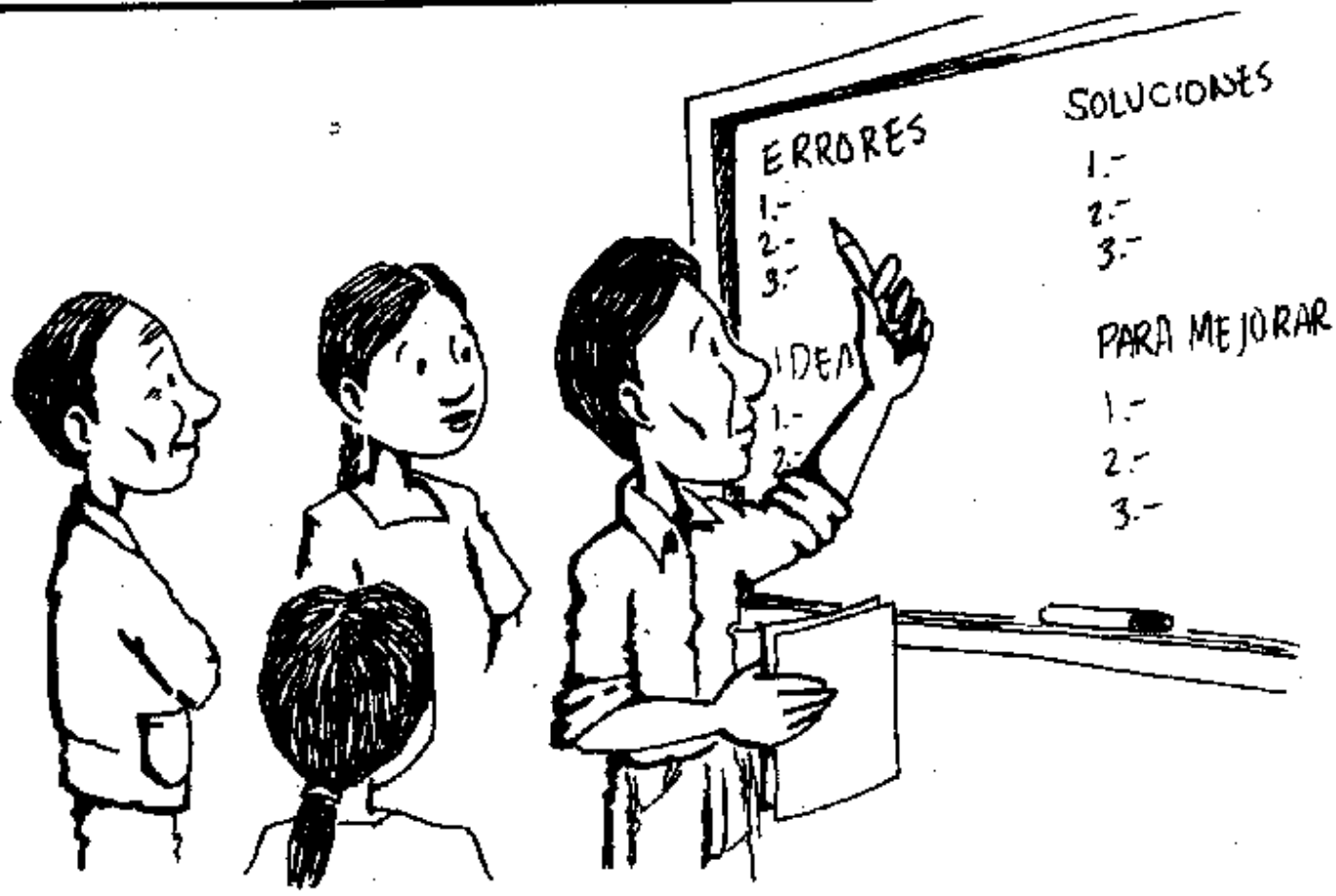
## 14. No use demasiadas medicinas:

Para empezar, sale caro. Además, cuando las personas usan demasiada medicina química, el organismo se acostumbra y ya nada le hace efecto, entonces cada vez necesita dosis más fuertes. Esto puede resultar dañino. También cuando se usan muchas medicinas, las personas se acostumbran a curarse hasta que ya la enfermedad se les vino encima. Lo mejor es que la gente aprenda a mantenerse con buena salud y sepa que también hay otras cosas para curarse (la buena alimentación, las plantas medicinales y otras cosas).



## 15. Aprenda otras formas de curar:

Existen otras formas de curar enfermedades y de aliviar molestias sin usar medicina química. Algunas serían, por ejemplo: la medicina tradicional (la medicina maya o medicina de nuestros antepasados), la acupuntura, la acupresión o digitopuntura, los masajes, el chuj o temascal y la relajación. Es bueno ir conociéndolas y agarrar poco a poco práctica en su uso. Hay que ir despacio para no equivocarse. A veces la gente siente desconfianza y no aceptan facilmente otros tipos de medicina, pero si aprende a usarlas con buena cabeza y precaución pueden ayudar más a los enfermos.




## 16. Evalúe su trabajo:

Esto quiere decir que es bueno revisar constantemente qué cambios se han hecho para mejorar la salud y el bienestar de su comunidad. Para una buena evaluación es bueno que se reúnan con más promotores y platiquen despacio sobre el trabajo que han hecho, sobre lo que ha fallado, lo que hace falta, lo que ha mejorado... también es bueno que lo escriban en papel o en un pizarrón (también puede ser en un papelógrafo o en una tabla).

Lo importante de una evaluación es:

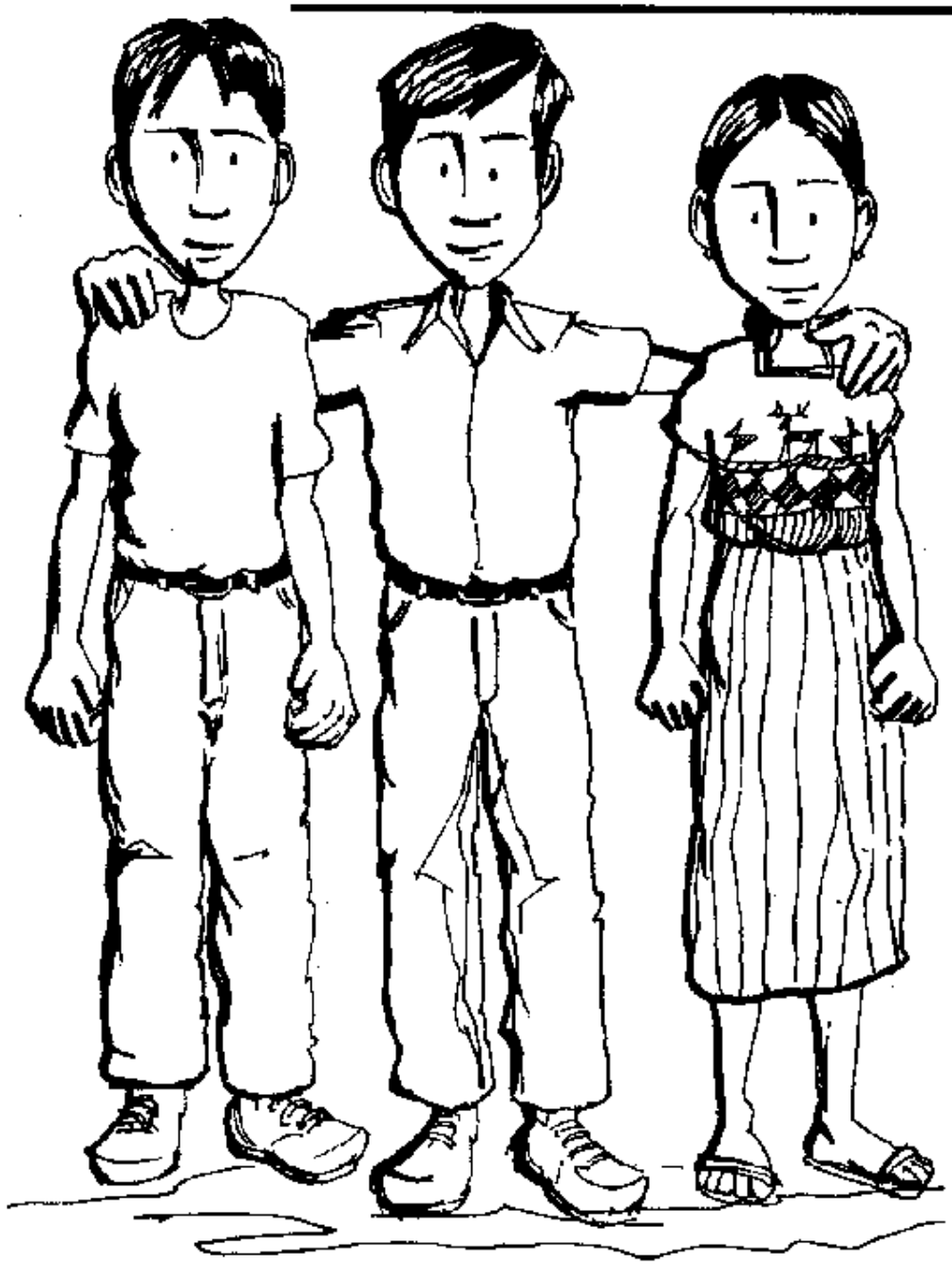
- Ver cuáles han sido los errores para no volver a cometerlos.
- Compartir las nuevas ideas que han probado y que han dado resultado para seguirlas haciendo.
- Darse apoyo entre compañeros para solucionar los problemas.
- Una evaluación debe hacerse lo más ordenada que se pueda.

## 17. Sea promotor y educador al mismo tiempo:

Un educador es alguien que toda la vida se preocupa por que la gente aprenda cosas que le ayuden a vivir mejor. Por ejemplo, cuando cure a un señor que tiene una infección, explíquele bien qué es lo que tiene, hágale saber por qué fue que se enfermó y cómo se puede curar en su propia casa. Esto es algo que muchas veces no hacen los médicos con tal de que la gente dependan de ellos. Pero no solo debe ser educador con las personas a las que cura sino que con toda la comunidad, desde los más chiquitos hasta los más grandes. Comparta con ellos sus ideas, ayude a que conozcan otras maneras de progresar.

## 18. Busque formas para que la gente le entienda mejor y no se aburra:

Esto se llama ser didáctico, que quiere decir, explicar las cosas pensando en que la gente le entienda y le saque el mejor provecho a lo que aprende. Para esto puede usar carteles, dibujos, dinámicas, paseos, hacer teatro o sociodramas, y todo lo demás que se le ocurra.

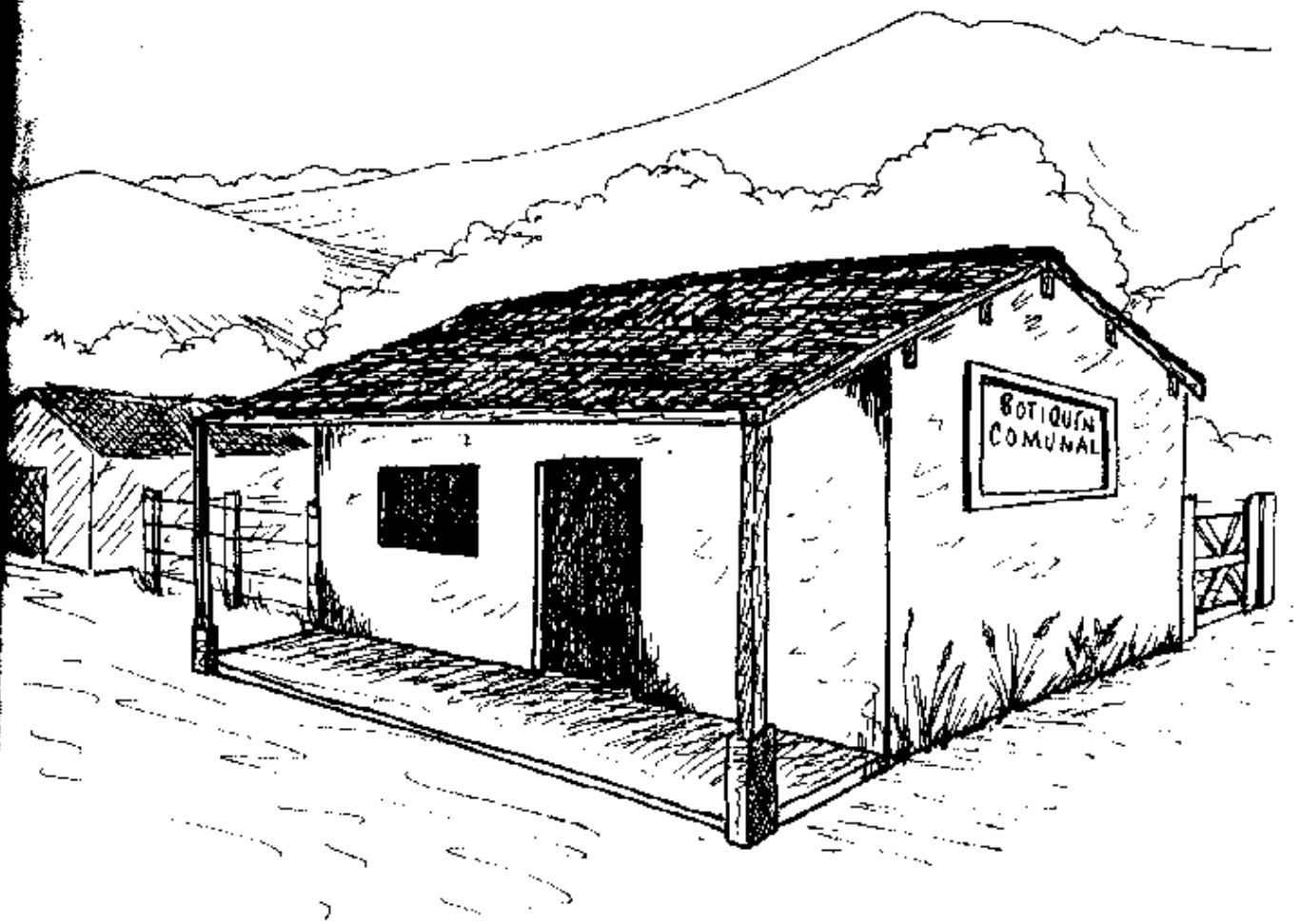


## 19. Busque cómo unir a su gente:

La mejor forma de resolver los problemas es uniéndose, platicando de las necesidades que hay y de cómo resolverlas todos juntos. Esto es algo que a veces lleva tiempo en aprender, pero que es muy necesario. Para esto puede organizar actividades donde todos puedan participar, compartir, trabajar y estar alegres.

## 20. Únase a otros promotores y promotoras:

Dicen los refranes populares que "la unión hace la fuerza" y que "varias cabezas piensan mejor que sólo una". Es una buena idea que los promotores y promotoras del municipio o de la zona se junten y se organicen para trabajar por la salud de la gente. Pueden formar una asociación de promotores o un comité de salud.




## 1. Organice un Botiquín Comunal con su gente:

Si en su comunidad no hay puesto de salud o es difícil conseguir medicina, puede ser una buena idea organizar con la población un Botiquín o Clínica comunal. Allí pueden tener medicamentos génericos esenciales que son muy baratos y se usan en el tratamiento de las enfermedades más comunes en la comunidad (también puede consultar el folleto de CEIBA sobre el Botiquín Comunal).

## Un último consejo:

Tal vez muchos promotores se decepcionen o se desesperen porque a pesar de que trabajan duro por su comunidad, siguen enfermándose la gente y todavía hay niños que mueren.

A estos promotores les decimos:

No hay que olvidar que las enfermedades de nuestra población tienen sus raíces en la pobreza, la injusta distribución de la tierra, la falta de educación, los bajos salarios, la falta de vivienda digna, la discriminación contra los mayas y las mujeres...

Estas son causas profundas muy difíciles de cambiar. Para que desaparezcan, es necesario que todo nuestro país vaya cambiando.

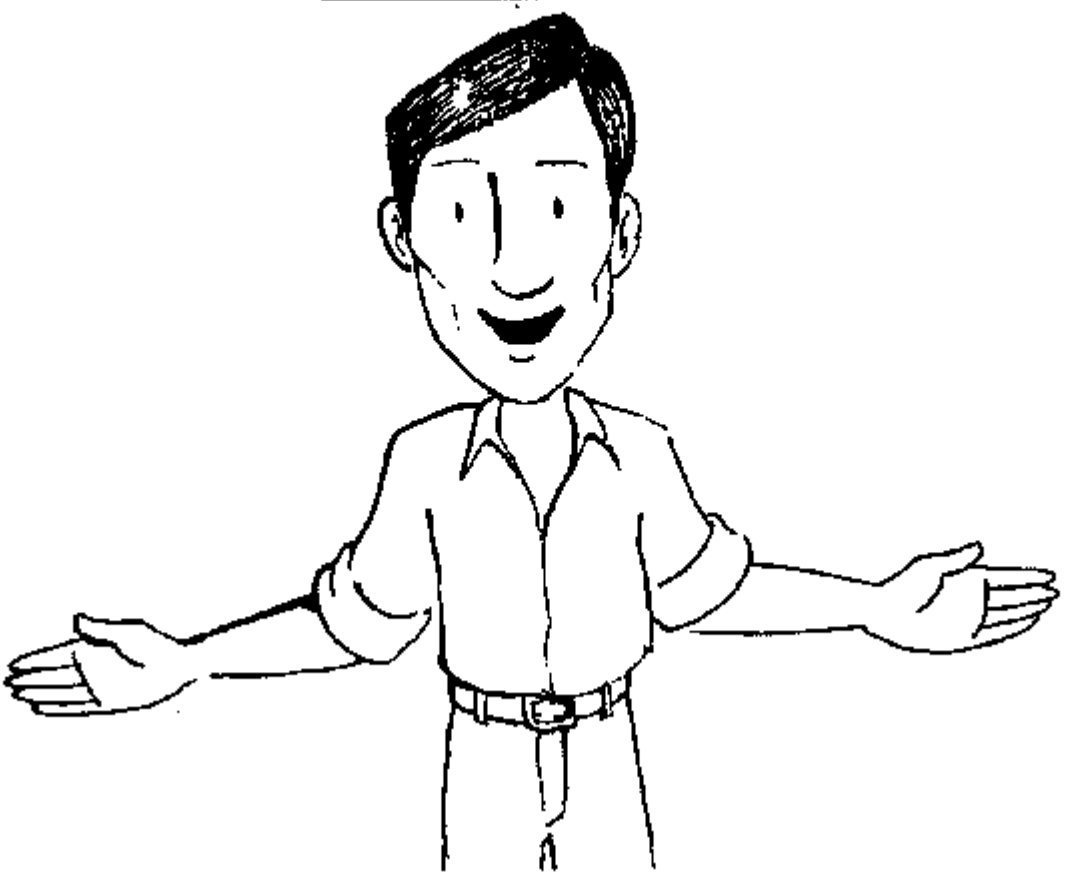
Ante esto, creemos que lo mejor que pueden hacer los promotores y promotoras preocupados por la salud de su comunidad, es:

Ayudar a que su gente reflexione y busque cuáles son las causas profundas de los problemas de la comunidad.

Y contribuir a que se trabaje juntos, ya sea formando asociaciones, comités o cooperativas, apoyando la lucha de las organizaciones populares, o uniéndose en la comunidad para trabajar juntos por un futuro mejor.

**Francisca:** ¿Y ahora cómo le voy a hacer? ¡Son muchos consejos y n
se me van a quedar de memoria!
**Andrés:** Pero no es necesario que te los aprendás de memoria. Com
están escritos en este librito de consejos para el promotor de salu
podés irlos leyendo despacio, de uno en uno cada vez que tengás u
tiempo libre.

**Francisca:** Si, yo creo que voy a leer uno o dos consejos cada día
los voy a tener presentes en cada cosa que haga con la gente.
**Andrés:** Es buena idea, yo también lo voy a hacer.



Y usted compañera promotora o compañero promotor, también puede irlos leyendo poco a poco. Son consejos sencillos, pero esperamos que le sirvan de ayuda y se recuerde de ellos cada vez que trabaje con la gente. Cuando termine de leer, usted puede ir agrandando este librito, poniendo en las páginas del final, otros consejos que usted les daría a los promotores y promotoras de salud.

***«Si los promotores han de ganarse la confianza y colaboración de la gente, necesitan EMPEZAR POR DONDE ESTÁ LA GENTE Y BASARSE EN ESO»***

(David Werner, *Aprendiendo a Promover la Salud*, página 81.)