

Presentación

El 28 de enero de 2014, la Universidad de Alicante otorgaba el doctorado *honoris causa* a la profesora Consuelo López Nomdedeu. Lo hacía en reconocimiento a su trayectoria como nutricionista en salud pública y su implicación en la transferencia del conocimiento científico a la sociedad, al desarrollar, desde el ámbito de la educación alimentaria, una concepción integral del proceso de promoción y educación para la salud.

Entre las preocupaciones de la Dra. López Nomdedeu, como comunicadora y divulgadora de mensajes de salud, siempre ha estado presente su convicción sobre el papel que pueden jugar los medios de comunicación para producir modelos y pautas de conducta, modificar jerarquías de valores y cambiar las aspiraciones personales y colectivas, muchas veces orientadas a la toma de decisiones que convienen al sistema productivo, pero olvidando las necesidades de los ciudadanos. De ahí, su gran implicación como experta en divulgación en televisión, prensa y radio.

Entre sus colaboraciones con los medios de comunicación, una de las más destacadas, y que mostró mayor continuidad, fue la que llevó a cabo con Radio Nacional, y en concreto con Radio 5 Todo Noticias, entre 2001 y 2006. A través de su labor divulgativa ayudó a mitigar los riesgos de los sensacionalismos

mediáticos y las falsas expectativas que con tanta frecuencia surgen en el ámbito de la alimentación y la salud.

Con la publicación de la presente guía se pretende aportar su experiencia como divulgadora en el medio radiofónico y ofrecer un instrumento pedagógico que permita avanzar en la comunicación en salud y, más concretamente, en el proceso de promoción de la salud. La iniciativa también busca promover la interdisciplinariedad que debe guiar la divulgación científica a través de los medios de comunicación.

Como sostiene la propia Consuelo López Nomdedeu, aunque los medios de comunicación tienen sus limitaciones, los profesionales de la salud no pueden desestimar su gran influencia social y su capacidad para crear estados de opinión. Su colaboración con los medios, en calidad de expertos, puede resultar una fórmula válida para garantizar contenidos de calidad. Los sanitarios controlan los mensajes que necesita conocer la población, pero son los profesionales de la información los que dominan los medios y las técnicas para transmitirlos de forma adecuada.

En la radio, al aportar la credibilidad y la rigurosidad de sus fuentes, el educador sanitario puede multiplicar su papel de mediador y transmisor de conocimientos. Sin embargo, además de los contenidos, para asegurar una adecuada comunicación en salud, debe tomar en consideración tanto la metodología (cómo hay que transmitirlos), como el escenario (dónde y en qué circunstancias). Por ello resulta fundamental la colaboración entre los especialistas en salud y los de los medios de comunicación.

A la hora de alcanzar los objetivos de la comunicación en salud, los profesionales sanitarios pueden convertirse en aliados excepcionales de los comunicadores y viceversa, pero ambos colectivos deben contar con conocimientos específicos que ayuden a hacer realidad el trabajo en equipo. Por esta razón, la guía que presentamos pretende ser de utilidad a todos los actores que intervienen en el proceso, y tiene una clara voluntad

de servir de material didáctico destinado a la formación de los futuros educadores sanitarios que pueden poner en práctica la metodología en este manual para cualquier tipo de acción educativa relacionada con su ámbito de actuación y, en particular, al colectivo de dietistas-nutricionistas que lleven a cabo acciones de educación alimentaria.

Agradecimientos

A Paloma Zamorano Martínez por su colaboración en la recuperación de los inicios de la divulgación radiofónica de la alimentación y la nutrición en Radio 5 Todo Noticias, y a todos los profesionales y colaboradores de Radio Nacional de España (RNE) que la hicieron posible.

Introducción

De forma paralela al creciente interés que suscitan entre la población las cuestiones relacionadas con la salud, la comunicación social ha adquirido un papel relevante en el abordaje de los retos sanitarios que tienen planteados las sociedades contemporáneas.¹ Las informaciones sobre salud que proporcionan los medios de comunicación se han convertido en un referente para los procesos de búsqueda de la salud.²

En dicho contexto, y en atención a su trascendencia, los profesionales de la comunicación están obligados a facilitar la promoción del conocimiento social de la salud y la enfermedad y a manejar las informaciones relacionadas con estas temáticas con rigor y calidad, pero sin olvidar su comprensibilidad.

-
1. Véase la monografía: Cuesta Cambra, Ubaldo; Ugarte Iturrizaga, Aitor y Menéndez Hevia, Tania (eds.). *Comunicación y salud: avances en modelos y estrategias de intervención*. Madrid: Editorial Complutense, 2008; o el número de la revista *Viure en Salut* (2014, número 100, <http://www.sp.san.gva.es/biblioteca/>), dedicado a la comunicación en salud y coordinado por Valentín Esteban Buedo y Joan Quiles Izquierdo.
 2. Véanse los trabajos de Jesús Sánchez Martos sobre la «Influencia de los medios de comunicación en la salud de la población» recogido en la monografía *Comunicación y salud: avances en modelos y estrategias de intervención* (*op. cit.*, 2008, pp. 77-97) y de Hernán Díaz y Washington Uranga sobre «Comunicación para la salud en clave cultural y comunitaria» (*Revista de Comunicación y Salud*, 2011; 1(1), pp. 113-124).

A través de la información se puede y se debe contribuir a la educación y la promoción para la salud.³ El uso adecuado de los medios informativos favorece el proceso de comunicación para la salud y contribuye al empoderamiento sanitario de los individuos y las comunidades. Además de informar y distraer a las audiencias, los medios de comunicación también tienen la responsabilidad social de contribuir a su educación, en la medida que pueden influir en la modificación de los conocimientos, las actitudes y los hábitos de la población en materia de salud, siempre que alcancen el grado adecuado de credibilidad.

Para conseguir dicha credibilidad, como se ha indicado, la colaboración entre los periodistas y los profesionales de la salud puede resultar muy útil. Estos últimos dominan los contenidos de los mensajes que necesita conocer la población, mientras que los profesionales de la comunicación controlan los medios y las técnicas que permiten transmitirlos de forma atractiva y eficaz.

Para hacer frente al reto que supone que los medios de comunicación, y entre ellos la radio, se hayan convertido en una de las principales fuentes de información en materia sanitaria, además de fomentar una cultura mediática que ayude a interpretar críticamente las informaciones transmitidas desde los medios, hay que evitar que la audiencia se convierta en un receptor pasivo del mensaje y conseguir una retroalimentación bidireccional de la información.⁴ Es necesario elaborar y transmitir un mensaje que sea claro, relevante, sencillo, bien

3. Véase el trabajo de Consuelo López Nomdedeu sobre: «La educación nutricional en la prevención y promoción de la salud». En Carbajal Azcona, Angeles y Martínez Roldán, Cristina (eds.). *Manual Práctico de nutrición y salud Kellogg's*. Madrid: Exlibris, 2012, pp. 95-108.

4. Véase el trabajo de José María Legorburu Hortelano: *Utilidad y eficacia de la comunicación radiofónica en el proceso educativo*. Tesis doctoral: Universidad Complutense de Madrid, 2001). Disponible en: <http://biblioteca.ucm.es/tesis/inf/ucm-t25240.pdf>.

estructurado y que asegure un *feedback* con el objeto de poder comprobar su comprensión.

Por su parte, las políticas sanitarias incluyen entre sus planes y programas acciones informativas y educativas, porque existe la convicción entre los profesionales de la salud y la educación sanitaria, de la necesidad de crear un clima de opinión favorable al estímulo de conductas que promuevan la salud en el marco de los estilos de vida.

Es en el contexto de las políticas de salud pública donde se definen las líneas de trabajo de la promoción de la salud. Además, en el caso de la nutrición en salud pública, en un momento donde los hábitos alimentarios de la población están dando señales de alarma y provocando problemas de malnutrición, sobrepeso y obesidad,⁵ y donde los ciudadanos muestran cada vez más su interés por los temas relativos a alimentación y nutrición, no puede concebirse una acción de educación alimentaria sin el apoyo de un marco sociocultural que favorezca la puesta en práctica individual y colectiva de hábitos alimentarios saludables.

Es la promoción de la salud la que define y orienta el ambiente propicio para que la educación sanitaria/alimentaria alcance sus objetivos estimulando actitudes y comportamientos individuales que permitan estilos de vida saludables, al mismo tiempo que facilita que «las mejores decisiones sean posibles». Pero para ello, la población debe tener información correcta, actitud positiva hacia las recomendaciones de los servicios sanitarios y, además, interés suficiente que le conduzca al comportamiento adecuado.⁶

5. Véase: Varela Moreiras, Gregorio (ed.). *Libro blanco de la nutrición en España*. Madrid. Fundación Española de Nutrición / Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición, 2013.

6. Véase: López Nomdedeu, Consuelo y Lobato, Amparo (s.f.). «La necesidad de una buena comunicación sobre nutrición y salud: evolución de

Cuando se aborda la metodología más eficaz y la etapa de la vida del sujeto en que las actividades educativas que se proponen pueden tener más éxito, se señala la infancia como el mejor momento y la escuela como el lugar ideal para el aprendizaje de habilidades, conductas y hábitos. La metodología debe ser activa y facilitar la implicación directa de quienes reciben la acción educativa. Los contenidos de educación alimentaria tienen una parte teórica que se adscribe a los programas académicos de las distintas áreas y niveles, y unos aspectos prácticos que implican a los servicios de comedor escolar y necesitan de la existencia de instalaciones básicas que faciliten el desarrollo de la actividad física y el deporte.

Sin embargo, aun reconociendo que la infancia es la mejor etapa de la vida para formar hábitos alimentarios y estilos de vida saludables, no se pueden desestimar otros periodos como la adolescencia, la edad adulta y la vejez. Se conocen las dificultades que entrañan la modificación o introducción de nuevos hábitos alimentarios y la resistencia de las personas, a medida que avanza la edad, a los cambios impuestos por necesidades de salud. No obstante, este hecho no debe hacernos abandonar actuaciones que, basadas en motivaciones bien estudiadas y respetando las posibilidades y las limitaciones que comportan los estilos de vida de la sociedad contemporánea, ayudan al éxito en las actividades educativas.

Los adultos, alejados de los programas educativos reglados, reciben información por distintas vías. Una vez contrastada con sus conocimientos y experiencias, sus contenidos contribuyen a formar una base de conocimientos que refuerza sus hábitos, los sustituyen o eliminan. La gran saturación informativa, hecho muy visible en temas como los de alimentación,

la imagen del huevo». Biblioteca del Instituto del Huevo (artículos), pp. 1-20. Disponible en: http://www.institutohuevo.com/images/archivos/articulo_comunicacion_huevo07_13132148.pdf.

nutrición y salud, constituye una escuela paralela a los conocimientos adquiridos formalmente. Por esta razón, cuanto se haga por ofrecer a la población general informaciones rigurosas que benefician la toma de decisiones protectoras para la salud y que pueden prevenir el desarrollo de la enfermedad, se convierte en un excelente instrumento para las políticas de salud pública.

En el mundo actual no se puede desestimar la cultura mediática de carácter general, ya que en algunos grupos de población constituye la forma prioritaria de adquisición de conocimientos. Esta situación nos debe hacer reflexionar sobre la responsabilidad de los medios y por supuesto de los expertos y comunicadores.

Como se ha comentado con anterioridad, dentro de los medios de comunicación de masas, uno de los más facilitadores de contenidos sanitarios es la radio y una parte importante de la población actual adulta utiliza esta vía. El medio radiofónico, por su extensión, cobertura, amplitud de horario, facilidad de uso y aceptación entre la población, representa a nuestro juicio un medio excepcional en el amplio mundo de las comunicaciones.⁷ Si además se oferta un «micrófono abierto» o la posibilidad de recibir sugerencias de la audiencia por cualquier otro sistema, se puede desarrollar una educación alimentaria adaptada a las características de la misma.

El contenido de la monografía que el lector tiene en sus manos recoge, clasificados por temas, testimonios relacionados con la alimentación, nutrición y salud, redactados en un lenguaje sencillo y seleccionados a partir de las preocupaciones que muestran los consumidores y del interés que suscitan las

7. Véanse los trabajos: Gómez, Oscar. «La divulgación científica en el medio radiofónico: algunos apuntes». *Mediatika*. 2002; 8, pp. 59-68; y Huertas, Amparo y Gutierrez, María (2006). «Salud y radio: análisis de la práctica periodística». *Quaderns del CAC*, 2006, 26, pp. 51-63.

políticas y programas de salud. La información, presentada en forma de texto corto, se puede difundir con facilidad a través de la radio, mediante la fórmula de cápsulas informativas o quesitos, y permite suscitar el interés de los oyentes hacia la complejidad y amplitud del hecho alimentario.

Una de las características más valiosas de la metodología del quesito lo constituye el marco de emisión, en nuestro caso una radio pública como Radio Nacional de España y la utilización de un formato muy dinámico y de carácter divulgativo como el que representa Radio 5 Todo Noticias.

El oyente (escuchante) aprecia la objetividad del medio, así como la calidad de servicio público que este ofrece, si se garantiza el rigor de la información y su independencia. La participación de comunicadores expertos en el tema y que estén adscritos a instituciones públicas, suele conferir un alto grado de credibilidad y confianza a la información emitida. Esta peculiaridad es de gran importancia cuando se trata de programas de salud, pues el objetivo de los mismos es mejorar, como ocurre con el caso que nos ocupa, la cultura alimentaria de las poblaciones y su bienestar en general.

El objetivo de esta publicación, que parte de una experiencia real (textos emitidos por Radio 5 Todo Noticias de Radio Nacional en la década del año 2000), no es otro que motivar a los educadores sanitarios a participar en programas de radio con comunicaciones sencillas que den respuestas a las necesidades sentidas por la población.

No se trata de un texto de nutrición al uso, ni por su estructura ni por la presentación de sus contenidos, lo que pretende aportar son ejemplos de cómo informar/comunicar, utilizando un soporte radiofónico, sobre la alimentación del día a día: conocimiento sobre los alimentos y su manipulación higiénica, la compra, preparación y distribución de los mismos en función de las edades y circunstancias de las personas, formación

de hábitos alimentarios, patrones culturales alimentarios de la población, formas de consumo, aspectos educativos y psicosociales, etc.

A partir de la lectura y análisis de los ejemplos seleccionados, y de las estrategias educativas radiofónicas que se proponen, se busca motivar a los educadores sanitarios para que utilicen este método con el fin de interesar a los consumidores por los temas relativos a alimentación, nutrición y salud.