

CÓMO HABLAR DEL SIDA CON LOS MÁS PEQUEÑOS

— Leticia Dotras —

Cuando me pidieron que escribiera acerca de cómo hablar del Sida con los más pequeños, como acostumbro a hacer siempre, procuro informarme por todos los medios que estén a mi alcance.

Efectivamente, existe todo tipo de información tanto científica, ético-social, histórico-cultural, programas con propuestas, como todo tipo de actividades para trabajar en grupo, etc. y, todo ello, realizado por las más diversas vías: Asociaciones, Organizaciones o Entidades tanto Públicas como Privadas. Sólo hay algo que he echado en falta: No me fue posible encontrar algún texto, algún programa, alguna propuesta de trabajo dirigido a los más pequeños. Todo lo que he revisado está dirigido a adolescentes, jóvenes y adultos.

Encontrar la forma de enfocar el tema para los más pequeños no fue tarea fácil. Al final lo logré: se llama empatizar. Hacerme niño, sentirme niño, ya que quería dirigirme a los niños. Ese niño que se admira, ese niño que pregunta, ese niño que investiga porque quiere saber, ese niño que comprende, ese niño que es ternura. Y a su lado está ese maestro que sí sabe empatizar con el niño porque es "maestro" con todo el bagaje que conlleva esa palabra. El maestro que enseña a escuchar porque él sigue escuchando incluso cuando las palabras ya se han desvanecido. El maestro que enseña a entregar el tiempo a los demás porque él te hace sentir que el tiempo ha dejado de existir. El maestro que te lleva "pasito a pasito" porque las piernas del niño



Ilustración: Toma la palabra «Sida: SABER AYUDA». Fundación «la Caixa», 1994

son demasiado pequeñas y no pueden seguir su zancada. El maestro que enseña a vivir con las experiencias propias de cada uno porque él sabe convivir.

Son los niños y las niñas seropositivos o que han desarrollado la enfermedad, los que sufren mayor rechazo, lo cual se manifiesta especialmente a la hora de ir a la escuela. Estos niños y niñas que, en muchos casos, viven una situación difícil en su entorno familiar, tienen además que enfrentarse a las reacciones de los padres de sus compañeros que no han recibido una información adecuada y cuyos miedos y afán de protección les llevan a imaginar las más insospechadas formas de contagio.

Hasta la fecha no se conoce, en el ámbito escolar ningún caso de transmisión en el que no haya existido una relación sexual o un intercambio de jeringuillas. Y, además, quien está en situación de mayor riesgo es la niña o el niño seropositivo ya que tienen mayor probabilidad de contraer todo tipo de enfermedades comunes. No existe ningún motivo para privar a

estos niños y niñas seropositivos del beneficio de acudir a la escuela y llevar una vida tan normal como la de sus compañeros o compañeras.

La historia que viene a continuación no es más que una luz que cada maestro o cada padre sabrá cómo utilizar para poder acercarse a los más pequeños al tema del Sida, evitando esos miedos que infundimos, en no pocas ocasiones, los padres llevados por el mencionado afán de protección.

Se les va dando una información muy sencilla y sobre todo no alarmista, tratando de ir introduciendo un vocabulario básico con una explicación muy infantil porque, como ya dijimos, es a los niños a los que nos queremos dirigir.

En cuanto a la solidaridad con las personas seropositivas o enfermas del Sida no siempre resulta un objetivo fácil. Es bueno tratar de ir preparando a los más pequeños para estos sentimientos solidarios pues cada vez más la convivencia con personas portadoras o personas enfermas de Sida será parte de una realidad cotidiana.

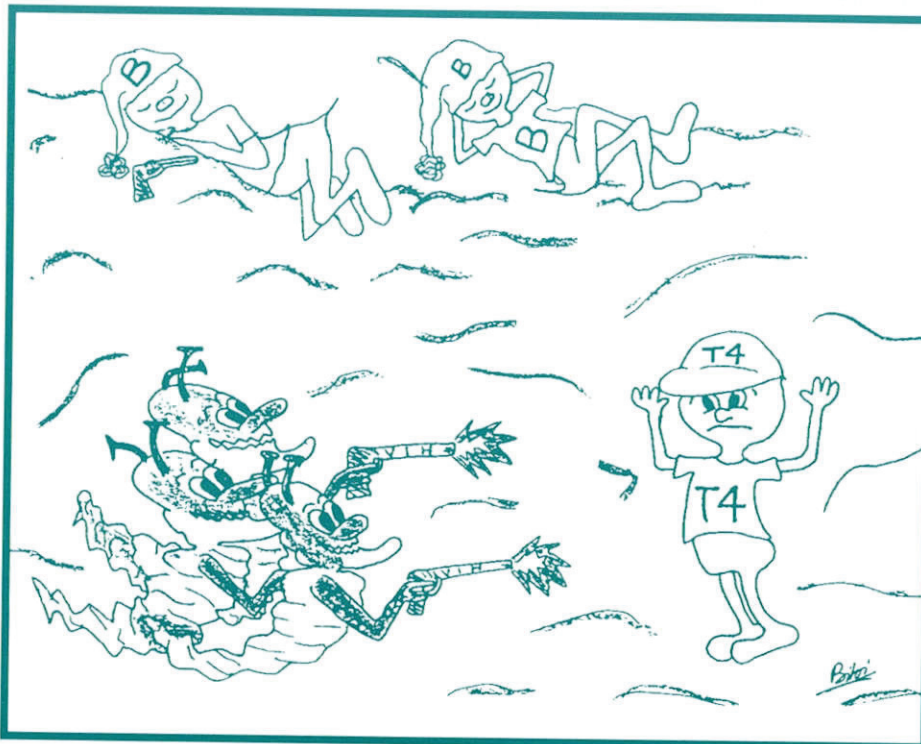
SE ARMÓ LA GORDA

Desde hace unos días en el cole se “armó la gorda”. Así dice en casa el abuelo cuando todo se revoluciona. Yo, cuando era más pequeño, pensaba que venía la vecina del 5º, que es muy gorda y tiene muy mal genio, cargada de fusiles y metralletas y, cuando oía la frasecita del abuelo, “ya se armó la gorda”, me echaba a temblar. Ahora ya sé que quiere

decir que hay jaleo, pero sigue sin gustarme nada que se “arme la gorda”.

Toda la culpa la tuvo la madre de Rodrigo que dijo que su hijo no volvía al colegio mientras hubiera una niña que sabía ella que era **portadora** y que estaba en nuestra clase. Entonces todas las madres y los padres empezaron a protestar y a decir que no había derecho y que nadie les había informado de que hubiese **una portadora**. Y en casa no paraban de hablar de lo mismo pero, cuando llegaba yo, disimulaban y se ponían a hablar de otra cosa. Y los teléfonos de nuestras casas no paraban. Todas las madres de todos mis compañeros hablaban y se contaban cantidad de cosas. Y hablaban muy deprisa y muy enfadadas y decían que, eso de la **portadora**, era intolerable y que no iban a consentirlo.

Por fin en clase, nuestra profe que se llama Puri y que nos quiere mucho, dijo que nosotros teníamos que estar enterados del porqué de semejante “revuelo”. Y “revuelo” no quiere decir que se vuelva a volar, como “rebote” no es que la pelota vuelve a botar, ni nada por el estilo, sino que es igual que “armarse la gorda” pero que nuestra profe, Puri, lo dice así, o sea que “revuelo” es que hay jaleo.



Y nos pidió que cada uno nos sentáramos en nuestro sitio porque íbamos a hablar de cosas importantes. Cuando hablamos en clase de cosas importantes todos nos ponemos muy serios. Entonces, si alguno quiere hablar, levanta la mano y Puri dice su nombre y eso quiere decir que ya puede hablar. Y ninguno interrumpe al que habla porque dice Puri que hay que saber escuchar muy bien, que eso de saber escuchar es igual de importante que saber hablar y que para aprender a ser tolerantes es muy importante saber escuchar. Por eso las madres que están tan nerviosas dicen que eso no lo toleran, porque se ponen a hablar todas juntas igual que si fueran locomotoras, como dice el abuelo, y claro, como no se escuchan, no lo toleran.

Bueno pero a lo que íbamos. Nos sentamos todos muy serios y en silencio esperando a que Puri nos dijera de qué íbamos a hablar. Bueno, no estábamos todos, faltaba Laura. Desde que se “armó la gorda” o el “revuelo” (según lo diga el abuelo o Puri), Laura no ha vuelto al colegio.

Yo la llamé el otro día en un descuido de mi madre cuando pude coger turno en el teléfono que, como ya dije, no para de sonar. Su madre me dijo que estaba en la cama y que no podía poner-

se pero que ya le diría que yo había llamado.

Laura es mi mejor amiga. Todos se ríen de nosotros porque dicen que somos novios y esas chorradas. No saben que se puede ser muy amigos sin necesidad de ser novios. Se sienta en el pupitre de delante. Tiene un pelo precioso y huele siempre muy bien. Es así como un olor a flores pero no sé decir a qué. Cuando nos dejan hablar siem-

pre se vuelve hacia atrás y hablamos. Laura es muy lista y muy trabajadora. Siempre trae los deberes hechos y le gusta mucho leer. Ella me recomienda libros de aventuras y la verdad es que siempre acierta. O sea que tenemos gustos muy parecidos pero esto no quiere decir que seamos novios, lo que pasa es que hay niños en clase que enseguida se las dan de listos y de mayores con esas chorradas.

Siempre pierdo el hilo. Eso me dice Puri cuando me pongo a explicar algo y me voy por otro lado. El primer día que me dijo lo del hilo, le dije que yo no tenía ningún hilo; entonces ella nos explicó lo que quería decir con esa frase. Puri siempre tiene mucha paciencia y nos explica todo muy bien. Le gusta saber qué pensamos y si nos queda claro lo que nos explica.

Ya he vuelto a perder el hilo, aunque todo esto es importante para entender lo que voy a contar. Entonces Puri nos dijo que todo este “revuelo” se había formado porque unos padres se enteraron de que en nuestra clase había una niña **portadora** y Miguel levantó la mano y preguntó que quería decir eso. Entonces Andrés, que es el que siempre lo sabe todo, también levantó la mano y Puri le dejó hablar.

—Portador es una persona que lleva una bandera o también la antorcha olímpica. En las Olimpiadas, los que llevaban la bandera o la antorcha, eran los portadores.—Dijo Andrés.

Entonces Puri dijo que portador efectivamente era una persona que llevaba algo pero no sólo una bandera o una antorcha. Que la palabra portar quiere decir llevar.

—¡Por eso transportar es llevar! —dijo Elena que se puso muy colorada.

—Efectivamente— dijo Puri—. Pero en este caso que decimos es de una persona **portadora de un virus**, esto quiere decir una persona que lleva un virus con ella ¿Alguno sabe lo que es un **virus**?

—Yo lo sé —dijo María— Es un bicho. Es el bicho que trae la gripe. Mi madre cuando hay gripe siempre dice que “ya anda el virus rondando”.

—Muy bien —dijo Puri— Vamos a imaginarnos que un virus es como un bicho. En realidad es un **microorganismo** que causa enfermedades. Pero vamos a imaginarnos que es un bicho muy pero que muy pequeño que nosotros no somos capaces de ver a simple vista.

—Entonces, si no los vemos ¿por qué sabemos que existen? —volvió a preguntar Miguel.

—Porque los científicos, que son unos señores que trabajan en laboratorios y que se dedican a inventar medicinas y vacunas, los ven por un microscopio— Dijo el listo de Andrés que todo se lo sabe.

—Puri ¿qué es un **microscopio**?— preguntaron a la vez unos cuantos que se habían olvidado de que tenían que levantar la mano.

—Es como el catalejo de los piratas pero al revés—nos dijo Puri— en lugar de utilizarlo para ver lo que está muy lejos, se utiliza para ver desde muy cerca cosas muy pequeñas. Encima de un cristalito se pone una gotita de agua o de sangre, por ejemplo, y, como el microscopio tiene dentro unos lentes, aumenta tanto de tamaño esa gota que somos capaces de ver los bichos u organismos pequeños que viven en esa gota. Por eso a esos bichos, como ya os dije, se les llama microorganismos. Micro quiere decir muy pequeño.

—Puri ¿qué son lentes?—Preguntó Rodrigo.

—Son las gafas de mi abuelo —contesté yo sin pedir permiso. Y claro, cargada general.

—No, no debéis reiros. Seguramente el abuelo de Yago llama lentes a sus gafas porque, efectivamente, esos cristales de aumento son lentes. Lo que pasa es que el el microscopio aún son más gordos que los de unas gafas.

Entonces toda la clase se quedó en silencio y a mí me empezó a picar todo, porque, por lo que decía Puri, nosotros estábamos llenos de bichos que no veíamos.

—¿Entonces cuando nos ponemos enfermos es porque nos entra un bicho o un microorganismo? —Preguntó Pedro.

—Estos microorganismos—siguió hablando Puri— son los causantes de muchas de nuestras enfermedades. Los hay de diferentes tipos. Unos se llaman bacterias, hongos o virus que es de los que vamos a hablar. También hay algunos más.

Cuando estos bichos logran meterse en nuestro cuerpo y multiplicarse, nos ponemos enfermas muchas personas a la vez. Entonces decimos que hay una epidemia que quiere decir eso: que muchos estamos enfermos por la misma causa y en un corto espacio de tiempo.

—Puri, pero para algo están las medicinas y los jarabes asquerosos que nos dan en casa¿no?— volvió a decir María que parecía que sabía mucho de enfermedades.

—Sí, claro— contestó Puri— pero, además, nosotros en nuestro cuerpo tenemos también algo que nos protege porque si no, siempre estaríamos enfermos:

Lo primero que nos protege es **la piel** que nos recubre por fuera y **las mucosas** que recubren nuestras cavidades internas. Por eso, si nuestra piel se rompe por alguna herida, debemos limpiarla y cuidarla bien para que no entren los **microorganismos** por esa puerta que les hemos abierto. Si algún bicho ha conseguido colarse por ella, nuestra sangre transporta unas **células** que luchan contra ese intruso que pretende metérsenos dentro. Vamos a ver, Ricardo, ayer te hiciste una herida en el patio. ¿Hoy cómo la tienes?

—Pues hoy ya no me duele tanto como ayer. Hoy ya no lloro, pero tengo la piel roja alrededor y además calien-

te. Si me toco la rodilla, la tengo caliente.

—¿Veis? esto quiere decir que las células que Ricardo tiene en su **sangre** y que vamos a llamar “**Leucocitos**”, están defendiendo a Ricardo para que se le cure su rodilla y que no se le infecte.

—Ricardo me alegro de que tus **Leucocitos** te defiendan—le dijo María que le encanta hacerse la entendida—, ya que tuviste la mala suerte de romperte la **piel** y que te entraran los **microorganismos**.

—Bien—siguió Puri— además tenemos en nuestro cuerpo otra forma de defendernos y, atended muy bien porque ésta es muy importante para lo que os voy a explicar después. Se llama **inmunidad**: cuando nos viene un **microorganismo** de fuera, tenemos unas células que lo reconocen y que se llaman **Linfocitos T4**. Siempre que entren estos bichos (**microorganismos**), los **Linfocitos T4** avisan a los **LinfocitosB** que ha entrado el enemigo para que se encargen de vencerlo. Por eso nos vacunan contra muchas enfermedades. La vacuna es algo tan simple como que nos meten ese **microorganismo o virus** dentro de nuestro cuerpo para que estas células (**Linfocitos T4**) que tenemos y que son tan listas, lo reconozcan y, siempre que nos entre, las luchadoras (**Linfocitos B**) luchan contra contra él.

Eso quiere decir que cuando nos vacunamos quedamos **inmunes** contra esa enfermedad. ¿Lo habéis entendido todo?

—Puri— le dije yo— entonces por eso cuando nos vacunan a veces tenemos fiebre y nos encontramos mal. Es porque estamos luchando contra esos bichos asquerosos que nos meten. Es cómo lo de la herida de Ricardo, los bichos luchan contra nuestras células.

—Bien Yago, ya veo que hoy estás muy atento y nada charlatán. Te estás enterando muy bien de todo.

—Existe un **virus** que llamamos “**Virus del Sida**”—nos volvió a decir Puri muy seria—. Este **virus** por ahora es más listo que nuestro cuerpo y que los científicos para poder atacarlo y ¿sabéis por qué? Ataca a las células informadoras, a esas que hemos llamado...

—**Linfocitos T4**—dijimos todos a coro.

—Entonces si atacan a las informadoras ¿qué pasa Puri?

—Pues que las células **Linfocitos B** no se enteran de nada y no se defienden y entonces ganan los virus que vienen de fuera, o sea el que llamamos **Virus del Sida o el VIH**. Esto quiere decir que al que tiene este virus no le deja ser inmune a las enfermedades porque se come las células informadoras.

—Ya lo entiendo—dijo Pedro que parece que siempre esta en las nubes— Es como una guerra: si los que atacan matan a todos los que están vigilando los T4 esos y no pueden avisar a los otros, a los B, que son los que tienen las armas, entonces ganan los que atacan. Así de fácil.

—Puri— volvió a decir yo— ¿y por qué no lo solucionan con una vacuna como con las otras enfermedades?

—Yago, ya dije antes que por ahora este **Virus del Sida** es mas listo que los científicos, pero se está investigando mucho para conseguirlo y tratar de salvar la vida de los que tienen este virus.

—Puri ¿y por qué hablamos de todo esto si dijiste que íbamos a hablar del “revuelo”?— dijo Miguel que ya se había olvidado de por dónde había empezado la clase.

—Vamos a ver, Miguel, empezamos a hablar de una palabra que todos habéis oído durante estos días de “revuelo”. La palabra era...

—**¡Portador!**— dijimos todos a la vez.

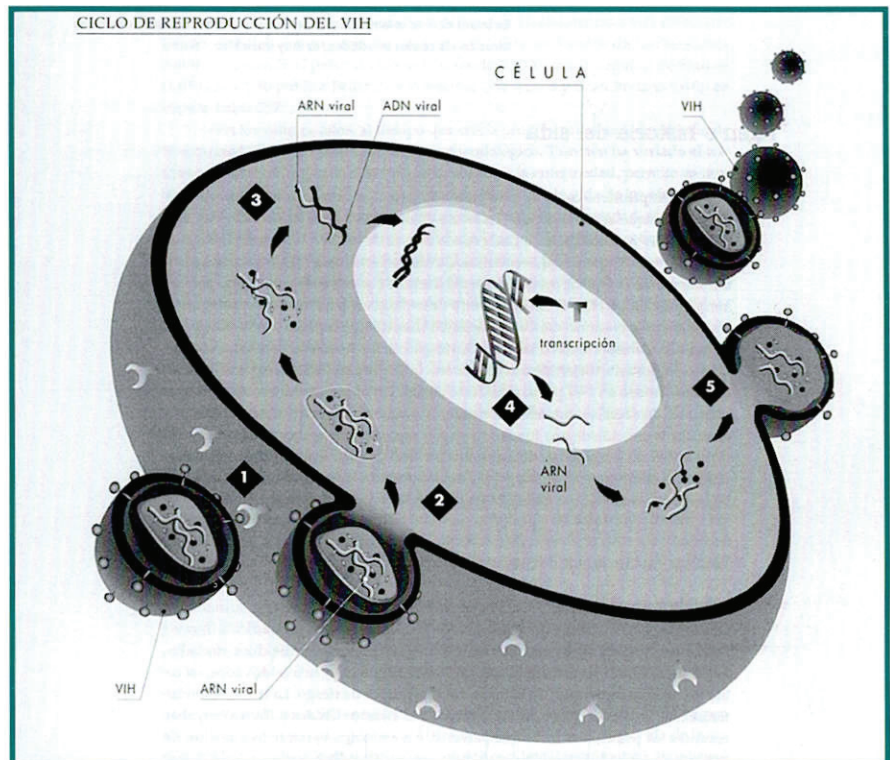
—Y una persona que tiene este virus del que acabamos de hablar será..

—**Portador del Virus del Sida**— Volvimos a decir todos a la vez.

—Puri, entonces estas personas **Portadoras del Virus del Sida** pueden contagiar a otras personas.

— Si ya dijimos que los virus se contagian todos. Pero cada virus tiene una forma diferente de contagiarse. Si alguno de vosotros tiene gripe y come un chicle, se lo saca de la boca y se lo da a un amigo, seguramente que ese amigo tendrá la gripe si no la ha tenido ya y está inmune como antes explicamos. Si tenéis **hongos (otro tipo de microorganismo)** y os bañáis en una piscina, también podéis contagiar a otras personas. —Pero ¿por qué unos son portadores y otros son enfermos?

—Pues porque algunos simplemente tienen el virus, lo pueden contagiar pero no llegan a tener la enfermedad.



Documentos para el profesor, «Sida. SABER AYUDA», Fundación «la CAIXA», 1994

Otros sí la tienen. Se quedan sin defensas. Quiere decir que no pueden ser inmunes y no pueden luchar contra ninguna otra enfermedad que tengan.

—¿Cómo se contagia el **Virus del Sida**?— Preguntó Andrés muy interesado.

—Quiero que esto os quede muy claro. Sé que todos habéis atendido muy bien y habéis sabido escuchar muy bien, por eso es muy importante que sepáis cómo se contagia este virus.

Una de las **vías de contagio** es la sangre. Se tiene mucho cuidado en las transfusiones de sangre. También los drogadictos que utilizan las jeringuillas de otros sin desinfectar y no saben si ese otro tiene el virus deben tener cuidado y no utilizarlas.

—Puri ¿qué quiere decir **vía de contagio**?— volvió a preguntar Miguel.

—Vía es lo mismo que camino o medio o, para que lo entiendas mejor es por donde no debes ir para no contagiarte.

—¿Entonces por la saliva o por la piel o por comer un chupa o un helado juntos no nos contagiamos el Sida?— le pregunté yo.

—No, tened por seguro que el **Virus del Sida** no se contagia por saliva, ni por caricias, besos, ni por bañaros juntos en una piscina o por ir a un campamento juntos. Nada de eso contagia.

—Pues Ricardo se hizo una herida y sangró un montón. ¿Se va a contagiar del Virus del Sida?— preguntó Elena muy colorada como siempre.

—Sólo si la herida de Ricardo hubiera estado en contacto directo con la sangre de algún **portador o enfermo de Sida**, podría contagiarse. Nada más que de esa forma: una herida con otra. Ricardo de ninguna manera se ha contagiado del virus del Sida.

—¿Y se contagia de más maneras, Puri?— Dijimos unos cuantos.

—Se contagia por **transmisión sexual**. Ya hemos visto en la clase de Educación Sexual cómo nos reproducimos. Cuando alguno de los dos, el hombre o la mujer, tiene el Virus del Sida, debe protegerse cuando hace el amor porque ésta es otra vía de contagio.

—¿Y cómo hacen para protegerse, Puri?— Preguntó María que todo lo quiere saber porque dice que va a estudiar medicina.

—Todos sabéis lo que son los preservativos. Lo hemos aprendido en la clase de Educación Sexual. Eso es lo que se utiliza para protegerse, de esta manera sus mucosas no están en contacto.

—Y ¿nada más? ¿No contagia nada más?

—Si, las madres que tienen la enfermedad o son portadoras del virus también contagian a sus bebés. Algunos de estos bebés a partir de los 18 meses consiguen que sus células informadoras las **Linfocitos T4**, vuelvan a informar a los **Linfocitos B** y entonces dejan de ser portadores. Otros, menos afortunados, no lo consiguen y se quedan siendo **portadores del virus** aunque, a lo mejor, nunca lleguen a desarrollar la enfermedad.

—O sea ¿qué pueden transmitirla pero pueden no tenerla nunca? Preguntó Pedro.

—Exactamente, dijo Puri.

—Y... ¿qué es lo que no toleran nuestras madres que están tan enfadadas?

—Pues no toleran que Laura vuelva al colegio porque es **portadora del Virus del Sida**.

—Pero Puri, Laura es nuestra amiga y nuestra compañera y, además, por lo que nos acabas de explicar, Laura no contagia.

—Vosotros habéis sabido escuchar muy bien todo lo que hemos hablado aquí. Me gustaría que siempre os acordéis que es muy bueno saber escuchar. Tal vez en casa quieran escucharos y comprendan que Laura es vuestra compañera y que ella sabe que no os puede causar ningún daño. Laura sabe bien lo que tiene. Si ella o su madre supieran que pueden causaros algún daño, tened por seguro que serían las primeras en no venir. Ellas son tan personas como cualquiera de nosotros y pueden hacer la misma vida que hacemos todos nosotros.

Entonces a Puri se le puso una voz como cuando te pones un poco tartamudo porque se te cruza algo en la garganta y tienes ganas de llorar bajito. Nos dijo que teníamos mucha suerte de tener a Laura como amiga. Un amigo es de los mejores regalos que se pueden tener. Ser amigo es estar a su lado para todo, cuando se pasa bien y cuando no se pasa tan bien. Laura y su madre en cuanto supieron que había malestar porque Laura venía al cole, prefirieron quedarse en casa para que pudiésemos hablar de todo esto

libremente. A un amigo siempre le parecerá bien lo que su amigo haga porque lo primero es ser amigo y te quiere como eres.

Y todos nos quedamos en silencio y entonces yo le dije a Puri que nosotros también queríamos a Laura tal y como era y que por eso estábamos deseando que volviera al cole para poderse decir. Y entonces se "armó la gorda" pero en plan bien porque todos aplaudimos y nos reímos y al mismo tiempo teníamos ganas de llorar. Entonces empezaron a meterse conmigo y a decir que mi novia volvía al cole y todas esas chorradas pero yo, como dice mi padre: "Yago, ten correa" que es lo mismo que saber tolerar y también es saber tener sentido del humor para las bromas de los otros. Y entonces Puri nos dijo:

—Bueno, bueno, sin revuelo. Ahora tenemos que hablar con vuestros padres para que ellos comprendan que Laura siempre tendrá su sitio entre nosotros.



— PARA SABER MÁS —

—LA SALUD ES UNA BUENA OPCIÓN. Cruz Roja Juventud. Material Didáctico de Educación para la Salud. Madrid 1996.

—SIDA. SABER AYUDA. Programa Educativo Multidisciplinario para el conocimiento y la prevención del Sida. Fundación "La Caixa". Barcelona 1994.

—O VIH/SIDA NA COMUNIDADE ESCOLAR. Xunta de Galicia. Santiago de Compostela 1995.

Lo más actualizado, en inglés y en un nivel bastante técnico:

—SCARLATTI, G.: «Paediatric HIV Infection». *The Lancet* 348 (Sep. 1996), 863-868.

—DOMACHONSKE, S.B.: «Immunodeficiency Virus Infection», *Clinical Microbiology Reviews* (Oct. 1996), 448-468.

De E. Kübler-Ross, con 3 caps. dedicados al SIDA y los niños:

—AIDS—*The Ultimate Challenge*. New York, 1987



— ACTIVIDADES —

1. En la pizarra y para que todos lo vean se escriben las palabras que sean claves y que en el texto aparecen en **negrita**, para explicar bien el tema. Después, entre todos, se puede ir haciendo la definición de cada una. Al final se puede dar la definición del diccionario.
2. Entre todo el grupo se puede dibujar y representar en viñetas cómo ataca el virus de Sida y las causas de contagio etc. Cuando esté terminado se presenta un gran mural en forma de cómic por los pasillos del colegio para que todos puedan disfrutar de la obra y comprender bien el tema.
3. Bien de forma individual o bien en grupos pequeños, se pide a los niños que escriban una carta a un niño que esté en esa situación. Una vez acabada se lee en alto y se vota entre todos la que parezca mejor. También se pueden poner en común pequeños párrafos de todas las cartas (los que parezcan mejores) y hacer una sola carta entre todas las del grupo.
4. Seguramente en el grupo hay niños, padres o maestros muy creativos a quienes se les ocurra una nueva historia con el tema del Sida. Si es así, se puede escribir y después narrarla al resto del grupo.
5. También podéis representar la historia leída. Es muy importante hacerlo muy bien y tomarlo muy en serio. El representar papeles es algo que nos ayuda a empatizar con los problemas de los demás si de verdad sabemos entrar en el personaje que representamos. Es muy bueno aprenderse bien el texto y representarlo en vuestro centro para toda la Comunidad Educativa. El vestuario, la utilería y el decorado ya lo tenéis, puesto que el escenario de la historia es un colegio. Cread un buen ambiente y... ¡manos a la obra! Os deseo que logréis que todos os comprendan tan bien como vosotros lo habéis sabido hacer.