

MAYO 2023
Revista

AÑO 3
NÚMERO 3

PREPARANDOTE A NACER ENTRE PALABRAS

"Gestando puentes, en comunidad"



REVISTA

PREPARÁNDOSE A NACER ENTRE PALABRAS

"Gestando puentes, en comunidad"

MAYO 2023

AÑO 3

NÚMERO 3

**PROYECTO "NACER ENTRE PALABRAS" - FACULTAD DE
PSICOLOGÍA DE LA UNMDP**

**PROYECTO "PREPARÁNDOSE A NACER" - SECRETARÍA
DE CULTURA MGP**

La articulación entre el proyecto de extensión Nacer entre palabras, radicado en la Facultad de Psicología de la UNMDP y el proyecto Preparándote a Nacer de la Secretaría de Cultura MGP, está dada a partir del trabajo en común con la población de personas gestantes y sus entornos significativos. La misma tiene por objetivo general, problematizar y acompañar los procesos que rodean al embarazo, parto y puerperio, a partir de diversas propuestas promopreventivas.

ÍNDICE

- 1** — EDITORIAL: ¿TENEMOS LA ALDEA NECESARIA PARA CRIAR A NUESTRAS INFANCIAS?
- 2** — LA COMUNIDAD ANDA DICIENDO: ¿A QUÉ JUGABAS EN TU INFANCIA?
- 5** — "JUGAR PARA CRECER: LA RELEVANCIA DEL JUEGO EN EL DESARROLLO INFANTIL"
- 7** — EL MOVIMIENTO Y EL CONTACTO, PARA LA CRIANZA Y PARA LA VIDA
- 9** — ¿POR QUE LEERLE A LAS INFANCIAS?
- 12** — TRANSFORMAR LA REALIDAD HOSPITALARIA: EL JUEGO Y LA CONEXIÓN HUMANA A TRAVÉS DE UNA NARIZ
- 14** — EL ROL DE LAS PERSONAS ADULTAS A CARGO DE LAS NIÑECES: LA FUNCIÓN DE LOS LÍMITES
- 16** — LA IMPORTANCIA DE LA MICROBIOTA EN EL EMBARAZO, PARTO Y LACTANCIA.
- 18** — ¿QUÉ ES LA LEY DE 1.000 DÍAS?
- 19** — CUIDAR EN TERRITORIO
- 20** — RECURSERO

¿TENEMOS LA ALDEA NECESARIA PARA CRIAR A NUESTRAS INFANCIAS?

Iniciamos este escrito con un interrogante que nos interpela, basado en un viejo proverbio africano, "para criar a un niño hace falta una aldea". Inevitablemente nos preguntamos si hoy contamos con las "aldeas" necesarias para criar a nuestras infancias.

Según su etimología árabe la palabra "aldea" describe a los caseríos en algunas regiones de España y América Latina, un asentamiento humano común localizado en áreas de campos rurales.

Podríamos preguntarnos entonces, ¿cuáles son los dispositivos o instituciones que funcionan cómo aldea hoy?. ¿Cuáles son los asentamientos humanos que cuidan a nuestras infancias?. El club, la escuela, la plaza, la vereda del barrio, la casa de amigos/as ¿qué lugar ocupan en las condiciones de existencia actuales?

Nos preguntamos también por los espacios que hay para compartir, para el encuentro con otras personas, para detenernos a jugar, a pensar, a crear, tiempo no productivo (en términos de la lógica capitalista) En este sentido ya nos decía la querida cantautora... "quiero tiempo no apurado.."

También nos interrogamos por las modalidades de agrupamientos para acompañar la crianza en sus, al menos, dos dimensiones. Por un lado, situándonos desde la perspectiva de las niñeces, en dónde pareciera que nuestras ciudades no están pensadas para alojarlas y, por el otro, de las personas responsables de las crianzas, en dónde en múltiples ocasiones se encuentran en la soledad emocional, social, institucional, para continuar una vida propia a su vez que se prioriza la vida de un/una otro/a, que es lo que sucede cuando se realizan los movimientos subjetivos necesarios para cumplir la función de sostén.

Nos preguntamos, nos interrogamos, nos interpela, problematizar, visibilizar y profundizar en la necesidad de promover situaciones, instancias, propuestas que hagan las veces de "prótesis" de esa aldea necesaria para generar las condiciones de posibilidad para producir infancias.



La comunidad anda diciendo

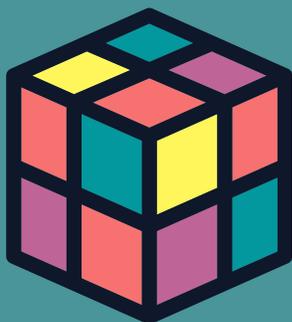
¿A QUÉ JUGABAS EN TU INFANCIA?

Jugaba con mis primos y hermanas en casa de mi abuela, había una caja de juegos de mesa para que usemos los domingos. También jugábamos al elástico, ladrón y policía, mancha, escondida, a la casita. En el barrio jugábamos con los chicos de la cuadra en la calle (era una calle de tierra sin continuación) a la pelota, a la paleta, con las bicis.

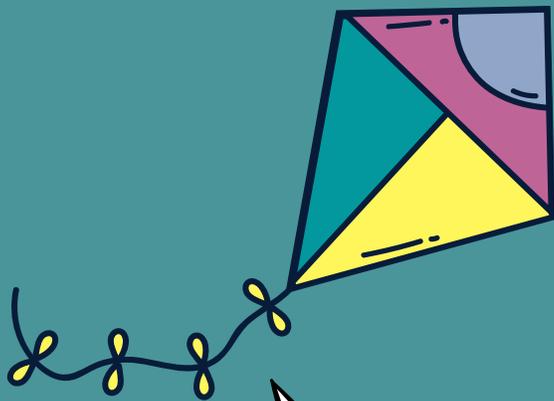
Jugaba en mi barrio con chozas que amábamos con palos y ramas, tomábamos el té y masitas hechos con barro y agua y hojitas de adorno. Trepábamos a los árboles y andábamos en bici. Nos disfrazamos y hacíamos obras de teatro y jugábamos al carnaval. Gran parte de mi infancia con dos mejores amigas.

A mi me encantaba jugar a las muñecas, las cambiaba, les lavaba la ropa...re Susanita...y mi hermana decía: juguemos a que soy el papá, y se iba a andar a caballo.

Durante mi infancia jugar fue lo más lindo que tuve, jugaba con mis amigas del barrio, con mis compañeras de escuela y también jugaba sola... armaba historias y personajes imaginarios y jugaba... jugaba mucho. Me encantaba armar casas para las muñecas donde muchas veces tardaba tanto que el juego terminaba ahí, otras veces continuaba y pasaba horas armando historias en ese lugar.



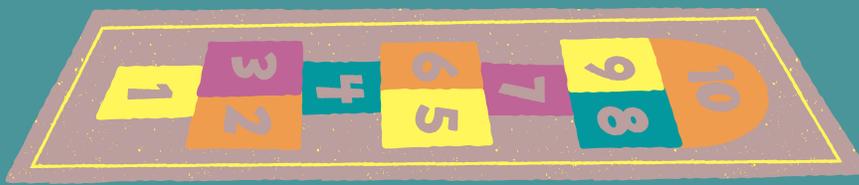
Mi mayor recuerdo de juegos en mi infancia son las tardes de bicicletas con mis amigas y amigos del barrio, los veranos en las veredas jugando al elástico, pelo pelito es, el quemado, a la cocina con barro. Los campamentos en el patio de una amiga, dónde nos quedamos horas mirando las estrellas construyendo hipótesis incomprobables de ellas. Las tardes de bailes, armando coreografías, grabando videos que hoy vemos compartiendo una cena con esa misma amiga. O las noches en dónde mi familia se juntaba a cenar y eran los mejores momentos para jugar a la casita con mis primas.



Recuerdo jugar al dinenti, que se jugaba con cinco piedritas. El Ludo Matic, el cerebro mágico, el dominó, tuti fruti. Y al aire libre salto al rango, carrera de embolsados, el quemado y tantos más...uff!! Una lista de recuerdos interminables.

Tengo un recuerdo hermoso de un verano que fue el último que jugamos con los amigos del barrio porque el siguiente ya habíamos empezado todes la secundaria y las juntadas eran sin juego. Ese verano teníamos un torneo de QUEMADO mixto. Siempre había una mamá o un papá tomando mate "vigilandonos" porque los partidos se extendían hasta las 22hs que recién oscurecía. Jugábamos en la calle que era de tierra donde podíamos marcar la cancha. Nos turnábamos para poner la pelota. Un día uno de los papás compro una coca grande para tomar después del partido.

El tilo de un vecino perfuma ese recuerdo.



Jugaba en el patio de mi abuela a la maestra, hacía filas de banquetas, sentaba a mis muñecas, colgaba el pizarrón de la puerta de “la piccita del fondo” y empezaba la magia de la clase con registro de asistencia y todo. El patio tenía una parra debajo de la cual jugaba, había una hamaca y recuerdo el aroma de la quinta de mi abuelo y sus tomates, albahacas, acelgas y la higuera.



Jugaba a crear realidades imaginarias que me hicieran más llevadera la propia realidad, el juego cómo puente hacia otros mundos posibles, principalmente con muñecas. También jugaba a la soga, el elástico y la rayuela

Lo primero que viene a la mente, si pienso en juego, es la pelota. Pasábamos horas jugando al fútbol con chicos de mi pueblo. Mi mamá me llamaba a tomar la leche a las 17.30 todos los días. Incluso jugaba solo con una pelota en mi casa o con un globo. Imaginaba jugadas y relataba goles de jugadores conocidos.



La infancia, mi infancia, ¡qué época más divertida!, mi única preocupación era que mis amigos estén libres para ir a jugar. Los veranos eran las mejores épocas, pasaba mis días en el barrio de casa, golpeando las puertas de mis vecinos preguntando si Cami, Ale o Mali podían jugar. Las horas eran nuestras, los días lindos andábamos en bici, jugábamos a los Power Rangers, en la casa del árbol, a la escondida, a las 7 maravillas, a la paleta y a la mancha. Pero cuando íbamos a la playa, hacíamos pozos inmensos, formas en la arena y pasamos horas y horas en el mar. Los días feos jugábamos a juegos de mesa, la “Batalla Naval”, el “Monopoly”, “Adivina quién”, armamos rompecabezas, jugábamos a las cartas, al family y a la compu



"Jugar para crecer: la relevancia del juego en el desarrollo infantil"



*Elina Nagore
Área de Primera Infancia
Nacer entre palabras*

"A jugar, como casi todo en la vida, se aprende haciendo. Pero, además, en la infancia, a vivir se aprende jugando." (Petra María Pérez Alonso-Geta, 1998)

Muchas personas pueden pensar que el juego es una actividad superficial y sin importancia que se realiza en la infancia, sin embargo esa creencia está muy alejada de la realidad. En este artículo, exploraremos la importancia del juego en la infancia y su impacto en el desarrollo infantil.

Se trata de una actividad natural y espontánea que surge de manera instintiva en las niñas, comienzan a jugar desde muy temprana edad, interactuando con objetos y personas a su alrededor. A medida que crecen, el juego se vuelve cada vez más complejo, ya que comienzan a jugar en compañía, a imitar a los adultos y a inventar sus propios juegos y reglas.

Las actividades lúdicas son esenciales para el desarrollo físico y motor en la infancia. A través de este medio se comienzan a poner en práctica habilidades motoras finas, que son las que nos permitirán abotonar, cortar con tijera, hacer nudos o escribir.

También se ponen en juego habilidades motoras gruesas como caminar, saltar o trepar, que se combinan con la fuerza física y la coordinación o el equilibrio para que los movimientos que realizamos sean más precisos.

Los beneficios no son solo físicos, el juego también es clave para el desarrollo cognitivo, que abarca la memoria, la atención, la concentración, el razonamiento y el lenguaje entre otros. Del mismo modo, el impacto también es significativo para el desarrollo social y emocional.

A través del juego, los niños/as experimentan diferentes emociones, aprenden a regularlas y expresarlas. También les permite interactuar con un otro/a, compartir, respetar turnos, resolver conflictos, explorar diferentes roles, les ayuda a desarrollar otras destrezas sociales como la empatía, la escucha, la comunicación y la cooperación.

Otra característica del juego es ser el medio de expresión por excelencia en la infancia. A través de él, los niños/as expresan sus pensamientos y sentimientos de una manera creativa y segura. Les brinda la capacidad de crear mundos imaginarios, recrear escenas cotidianas y explorar sus propias identidades. Es su ambiente seguro, donde aprende a vivir y ensaya la forma de actuar en el mundo.

Aunque el juego es una actividad natural y espontánea, es importante que los/as cuidadores lo fomenten y apoyen en las distintas etapas de la infancia. Las personas adultas pueden proporcionar un ambiente seguro y estimulante para ese momento, brindando materiales y/o juguetes adecuados y supervisando la situación para asegurarse de que estén jugando de manera segura y constructiva.

Las personas adultas también pueden tener un papel activo en el juego, uniéndose a ellos y proporcionando orientación y apoyo cuando sea necesario. Asimismo, pueden promover la creatividad y la imaginación, alentándolos a inventar sus propios juegos y a explorar su propia creatividad.



Al fomentar el juego, estamos contribuyendo al desarrollo de habilidades y aptitudes que serán fundamentales luego en la vida adulta, incluida la independencia y la autonomía.

En resumen, el juego no debe ser subestimado, es una actividad fundamental en la vida de todo niño/a, es su principal ocupación. No solo les proporciona momentos de diversión y entretenimiento, sino que también es allí donde tienen la oportunidad de desplegar todas sus habilidades y su personalidad.

Es una actividad natural y esencial para el desarrollo integral de las infancias, y una fuente de aprendizaje, crecimiento y bienestar emocional. Como sociedad, debemos valorar y promover tanto las instancias como los espacios de juego y comprender que se trata de una actividad sumamente enriquecedora y necesaria en la infancia y determinante para el futuro en la vida adulta ya que sienta las bases para un desarrollo saludable en la vida de los niños/as. Como dice Baraldi (2005) “**jugar es cosa seria**”.

El movimiento y el contacto, para la crianza y para la vida.

Carolina Carriquiry y Leticia Ciriza
Integrantes Preparándote a nacer

El movimiento nos acompaña y se resignifica en las diferentes etapas de la vida. Percibimos y conocemos al mundo a través de la sensopercepción y así nos construimos subjetiva y colectivamente, en el compartir en comunidad la aproximación y atravesamiento de los estímulos de nuestro contexto.

Este registro se logra a través del movimiento y el contacto, siendo el sentido táctil y el sistema vestibular los primeros en desarrollarse, podríamos decir que estas son las mayores fuentes de aprendizaje.

"Intrauterinamente aprendemos básicamente a través de la estimulación sensorial, a través de las presiones que ejercemos y que recibimos en la interacción con las paredes del útero, que van organizando nuestra capacidad de percibir nos, y percibir a los demás.

Los recién nacidos, aún antes de que se organice la visión bifocales aprenden a partir del contacto cuerpo a cuerpo con quien los tienen en brazos, pero también a través de las superficies y de los objetos que tocan y que los tocan".

El cuerpo es simbólico, es una construcción que desde la gestación comenzamos a explorar a través de los sentidos, durante el crecimiento y desarrollo nombramos y tocamos partes del mismo, en un proceso hacia la integración entre lo físico, lo psíquico y lo emocional.



Schilder desarrolló el concepto de esquema corporal definiéndolo como “la imagen tridimensional que cada uno tiene de sí mismo”.

El recién nacido no diferencia a su propio cuerpo del mundo externo, va adquiriendo la capacidad de representarse mentalmente el mundo, y por lo tanto, su propia imagen, entonces comienza a diferenciar su cuerpo de la imagen que aparece en el espejo.

Esta construcción está dada, de forma dialéctica, entre la percepción del mundo y el lenguaje que lo nombra. Las miradas de los otros significativos del entorno, son un espejo a partir del cual recibimos las sensaciones que producimos en los demás.

Podríamos pensar que, al vivir en una cultura en donde predomina la imagen, las sensaciones quedan en segundo lugar, es por esto que es importante crear registros perceptivos de forma integrada desde el vientre materno y a lo largo de los primeros años de vida desde el juego en movimiento.

En la vida moderna es trascendente repensar algo relativo a la contención desde el entorno social, lo que en culturas ancestrales llamaron *crianza en tribu*, en la cual se hace referencia al abordaje colectivo y la red de apoyo ...*“La crianza en tribu es una modalidad que en la historia de la humanidad siempre se ha dado de manera espontánea y tiene que ver con la vida en comunidad ...”*

En los relatos de las personas gestantes por lo general aparecen menciones respecto a que se vuelve tangible la sensación de su bebé, más allá de la ecografía, cuando se mueve por primera vez,

cuando se sienten las pataditas, incluso las personas que acompañan la gestación logran ese contacto tocando la panza. Siguiendo esta línea de pensamiento, decimos que el movimiento es también “comunicación”, ya desde la vida intrauterina.

Las personas encargadas de la crianza van acompañando el crecimiento y desarrollo, buscando estimular desde los sentidos, desde el contacto, sonidos, música, palabras y el infaltable sostén de la mirada. Así, aportamos al desarrollo de su esquema corporal, también para potenciar su desarrollo espacial y sensorio-motriz.

“Escuchar, entonces, requiere de un compromiso corporal, la persona que mira y escucha está poniendo el cuerpo. Sería falso decir que en la escuela hay un profesional que tiene la exclusividad de lo corporal, porque en las redes de la corporeidad están todos implicados (y complicados). Puede haber alguna especialidad, como lo es la Psicomotricidad, que tome el cuerpo como objeto de estudio, que se formule interrogantes, que cuente con recursos de intervención, pero no existe ni crianza descorporizada ni aprendizaje descorporizado”.

-Braidotti, Rosi *“Metamorfosis”*. Ed. Akal, 2005.

-Calmels, Daniel *“La gesta corporal. El cuerpo en los procesos de comunicación y aprendizaje”* 2011

-Mamana, Silvia Revista kiné n°74 *“Tocar y ser tocado”* 2006

-Raschkovan, Ivana *“Crianza y vínculos tempranos”* (IG @ivanaraschkovan) 2023

¿POR QUÉ LEERLE A LAS INFANCIAS?



María Florencia Cámpora
Psicopedagoga
Profesora de Educación inicial

El contacto cotidiano con los libros y la posibilidad de disfrutar de escuchar cuentos, despierta en los niños y niñas el deseo y la motivación de leer. Como familia y entorno cercano, se pueden hacer muchas cosas para ayudar a los más pequeños a descubrir el placer de leer. Es un proceso gradual y continuo que se da desde el mismo momento en que el niño/a nace.

Los bebés están preparados para comenzar a disfrutar de los libros, las rimas, las canciones. En cada casa, cada familia puede compartir actividades sencillas para apoyar el desarrollo emocional y afectivo desde bebés.

Cuanto más familiarizados estén los niños con el contacto de la lectura, irán desarrollando habilidades y capacidades, no solo como lectores sino como productores de textos ampliando su vocabulario, favoreciendo su imaginación y su capacidad de crear, escribir y narrar sus propias historias.

El cuento que sigue a continuación fue escrito en el año 2020, en el contexto de la pandemia de covid que afectó al mundo. Narra la historia de una niña que encuentra en el placer de la lectura un recurso motivacional para atravesar la pandemia a su corta edad. Sus personajes están inspirados en la novela “Alicia en el País de las Maravillas” de Lewis Carrol.

Había una vez...

...una niña llamada Alicia a la que le gustaba leer mucho, sumergirse en mundos fantásticos, llenos de magia y diversión. Todas las tardes de cada viernes, le pedía a su mamá que la lleve a la biblioteca que tenía justo enfrente de su casa. Ese era su lugar preferido, allí pasaba sus horas leyendo cuentos, poesías, novelas y siempre elegía algún que otro libro para llevarse a su casa y disfrutar el fin de semana. Con tan sólo 9 años, un día lluvioso de Abril comenzó a escribir sus propias historias. Al principio narraba aventuras que tenían como personajes principales a su mamá y su hermanito Tobías. Vivían los tres juntos y en esa pequeña casa sucedían millones de travesuras, situaciones y acontecimientos que Alicia comenzó a retratar con la simpleza y belleza de quien lleva el arte de la pluma en su alma y en su corazón.

Su maestra de 4 grado, siempre le pedía que lea sus historias, las cuales resultaban divertidas y graciosas para ella y sus compañeritos. Alicia se sentía feliz de poder alegrarlos.

Sin embargo, un día todo cambió de repente y ya no pudo ir más a la escuela. Ella no entendía bien por qué. Entonces su mamá tuvo que explicarle que un virus, que era como un bicho invisible y malo, estaba atacando a todas las personas. Las enfermaba mucho y algunas no podían curarse. Por eso, por unos días no iría a la escuela, ni a la plaza ni a su sitio favorito, la biblioteca. Porque tenía que esconderse dentro de su casa para que ese bicho no la atrape. Los días pasaban cada vez más lentos y Alicia comenzó a aburrirse. Comenzó a extrañar su lugar en el mundo lleno de frágiles hojas, variedades de palabras y letras y coloridas imágenes. Comenzó a extrañar a sus divertidos compañeros del colegio, a su maravillosa seño que la escuchaba con admiración, y a su papá que algunos días pasaba a buscarla para dar un paseo y llevarla unos días a su casa. Sí, sus papás vivían separados hacía unos años. Al principio, a la niña le había costado aceptar ese cambio, pero ahora disfrutaba de tener dos casas, dos habitaciones, muchos juguetes y sobre todo y lo más importante en el mundo de Alicia: la cantidad justa de libros y el doble de amor que su mamá y papá les brindaban a ella y Tobías. Todo eso, era lo que más añoraba esta pequeña lectora.

A la semana de estar en su casa, ya no quería mirar la tele, no jugaba con Tobías, no leía cuentos, sólo observaba desde su ventana la calle vacía, a algún que otro vecino que salía a hacer alguna compra, los árboles deshojándose como margaritas con la llegada del cálido otoño y ese lugar que más tristeza le provocaba, la biblioteca: cerrada, vacía, desierta, con todo su tesoro dentro, y sin poder ser disfrutado.

Su mamá buscaba la forma de que Alicia volviera a sonreír, a ser esa niña vivaz y fresca que alegraba la casa. Pero no había caso.... Alicia jugaba un rato, bailaba otro rato pero siempre volvía a su pequeña ventana.

Una noche, como si estuviera ella dentro de un increíble cuento, sintió que desde la rama de un árbol un pequeño gato color violeta con una sonrisa gigante la llamaba. No podía ser real, nunca había visto gatos de color violeta así que cerró sus ojos e intentó dormirse.

Sin embargo, ahora también la llamaban junto con el gato, un tierno conejo blanco que le decía que se tenía que levantar rápido porque no había tiempo y un pequeño hombrecito con una colorida galera en su cabeza que la saludaba amigablemente. Alicia sintió mucha curiosidad y como también era una niña valiente, abrió la ventana y salió a conversar con ellos. Los extraños personajes le contaron que hace unos días la veían asomarse con ojos tristes a la ventana y le preguntaron qué le pasaba. La niña confió en ellos y les contó lo que su mamá le había explicado acerca del virus malo y que para que se fuera debían estar todas las personas del mundo en sus casas. También les dijo el motivo de su tristeza: que ya no podía leer, ni ver a su papá, ni a sus amigos, ni a su seño.

Luego de escucharla, el conejo, el gato y el hombrecito con galera, la despidieron y le dijeron que no se preocupara y que no estuviera más triste. Que ellos volverían cada noche a hacerle compañía. Alicia se durmió contenta y tranquila, porque había encontrado unos raros pero increíbles nuevos amigos.

Las noches siguientes, ella los esperaba ansiosa, y cuando todos se dormían los tres amigos iban en su búsqueda. Fueron noches muy mágicas, donde todo lo que puedas imaginar y soñar sucedía. Alicia emprendía magníficos viajes a mundos fantásticos con ellos: ingresó a nuevos lugares, conoció personajes que jamás había imaginado conocer, quedó atrapada en un gigante laberinto de golosinas, fue rescatada por un dragoncito rojo que nunca más volvió a ver y hasta encontró una nueva biblioteca. Una biblioteca distinta, única y muy original, repleta de libros con alas, sí...libros con alas, libros voladores que se abrían en el aire y ella podía leerlos sin siquiera tocarlos y tenerlos en sus manos.

Todo eso y mucho más sucedía cada noche que Alicia se encontraba con esos sorprendentes seres.

Hasta que, de pronto, una mañana brillante de sol su mamá le dijo: Alicia prepárate porque volvés a la escuela. La niña no podía creerlo, todo ese tiempo había pasado tan rápido gracias a sus tres nuevos amigos que en un abrir y cerrar de ojos ya estaba con su mochila lista para salir otra vez a jugar y a leer sus historias.

Pero esta vez, no llevaba las historias de su mamá y Tobías. Esta vez tenía una nueva y maravillosa historia con la que deslumbrar y atrapar a su público. Y así lo hizo cada tarde en el colegio, sorprendiendo a sus compañeros, cada viernes en la biblioteca deslumbrando a su bibliotecaria y cada día de su vida llenando de orgullo a su papá y a su mamá con su talentoso arte.

A sus amigos los siguió esperando cada noche, pero ya no volvieron. Tal vez porque ya había demasiadas personas y autos transitando por la calle. Tal vez porque Alicia ya no estaba más triste. O tal vez porque la imaginación es el mejor refugio ante la abrumadora realidad.

Alicia sonreía de poder encontrarlos aunque sea cada vez que abría su pequeño cuaderno de tapa azul. Ese cuaderno que muchos años después se transformaría en un bello cuento, de esos que habitan en las bibliotecas, de esos que se consiguen en las librerías, de esos que permanecen en los hogares y en los corazones de quien los lee.

*Y colorín colorado
este cuento ha terminado.*



TRANSFORMAR LA REALIDAD HOSPITALARIA: EL JUEGO Y LA CONEXIÓN HUMANA A TRAVÉS DE UNA NARIZ

Camila Oldani

¿Por qué el/la payaso/a de hospital es agente de salud? ¿Quiénes son LOS PAYAS?

Cuando los/as niños/as se encuentran en situación de hospitalización, sus vidas se ven alteradas por completo ya que deben abandonar temporalmente su hogar, sus juguetes, su rutina y a sus seres queridos para experimentar situaciones estresantes como exámenes médicos, pinchazos, desinfección de heridas y cirugías, en un contexto extraño rodeados/as de personas adultas con batas blancas que no conocen. Esa experiencia muchas veces suele estar acompañada de dolor físico, cansancio y miedo, es por eso que se considera la situación de hospitalización como un contexto de vulnerabilidad, y es en esos momentos donde debe conservarse un elemento vital para la salud integral de niños, niñas y adolescentes, el derecho al juego. Desde 2015 en la Provincia de Buenos Aires, a partir de la ley 14.726, la figura de payaso/a de hospital se considera un recurso infaltable en hospitales públicos pediátricos, considerando a estos/as especialistas del juego como agentes de salud. Este nuevo paradigma de atención sanitaria busca integrar el arte y la salud para garantizar el acceso a los Derechos Humanos y promover una atención más humanitaria.

¿Quiénes son LOS PAYAS?

La ONG Los Payas, es una organización independiente de la ciudad de Mar del Plata integrada por socios/as voluntarios/as con formación, conocimiento y entrenamiento en la payasería, que intervienen en espacios hospitalarios y comunitarios brindando un servicio de promoción de la salud a la comunidad. Tiene como objetivo mejorar la calidad de vida y potenciar los aspectos saludables de la subjetividad de cada persona que recibe la intervención, a través del género clown como herramienta de transformación social.

Los/as payasos/as y civiles, quienes cuidan el juego, llegan al hospital con las manos en el corazón y sus maletas llenas de travesuras, poesía y colores. Los/as civiles dan aviso del aterrizaje payaso en cada una de las habitaciones, mientras los/as payasos/as preparan sus mejores trajes para salir a jugar. El viaje comienza con su ritual de narices, cuando luego de hacer una ronda, se toman de las manos - una mano da y otra recibe - con sus narices colgadas del cuello, abren el corazón mirándose a los ojos, las narices se mueven lentamente del corazón al centro de sus caras y la magia comienza a suceder.

Entre canciones y burbujas el cardumen payaso recorre los pasillos, las guardias, los diferentes servicios e invitan a jugar a las infancias, a quienes cuidan a esas infancias y a todo el personal de salud, experimentando en cada mirada una nueva forma de sanar.

¿Por qué la risa es la distancia más corta entre dos personas?

El/la payaso/a mira a los ojos con sincera apertura, expresa todo lo que le pasa y con valentía comparte su mundo. En un mundo con tantas fronteras el juego genuino hace que todas las personas bajemos la guardia, las barreras y prejuicios desaparecen como burbujas en el aire y en ese lenguaje universal, todo se puede transformar.

Este género permite que se fomente el aspecto resiliente del ser humano, la espontaneidad, la creatividad, el respeto, y la positividad. El efecto terapéutico de la risa puede reducir el estrés, atenuar el dolor y la ansiedad, mejorar el estado de ánimo y aumentar la capacidad de afrontamiento, mejorando la percepción de la persona hospitalizada sobre su tratamiento. Cuando reímos sanamos, porque podemos conectar con los demás y expandir nuestra sensibilidad. El/la payaso/a de hospital resignifica el concepto de “entretener” que es tener-entre, atesorar el encuentro que nace en una mirada, estar presentes y disponibles, a veces tan solo para dar un abrazo.

Jugar para sanar

Los/as payasos/as en un hospital buscan recuperar una humanidad, un/a niño/a hospitalizado/a no puede elegir que suero le van a poner, a que hora lo/la van a operar, si quiere o no la inyección,

pero puede elegir recibir a los payasos o no, y en esa elección recupera su autonomía, es protagonista de su juego, elige cómo y con quien jugar.

El trabajo de los/as payasos/as de hospital no solo impacta en los niños/as y adolescentes hospitalizados, sino que también promueve la salud en la comunidad en general. El payaso logra superar esas barreras cristalizadas que como miembros de una sociedad y partícipes de una cultura a veces no podemos o no nos animamos a desarmar, busca la espontaneidad y la sinceridad por encima de todo y a partir de ahí rompe con la realidad establecida. Todo puede suceder, podemos olvidarnos que estamos en un hospital, que el cuerpo duele o sentimos miedo y conectarnos con otros senderos que permite la creatividad, adentrarnos suavemente en otras emociones, el amor, la alegría, la picardía y la ternura.

El juego potencia la resiliencia, la espontaneidad, el respeto y la positividad, es terapéutico porque mejora la calidad de vida de las personas, fomentando los aspectos saludables de la subjetividad. El encuentro permanece, transforma y sana. El trabajo de un/a payaso/a de hospital humaniza, no solo a quienes se animan a jugar, sino también a las personas detrás de la máscara, en ese acto de fragilidad el/la artista expone toda su verdad, por eso su nariz es la máscara más pequeña del mundo.

**Si te interesa conocer más sobre nuestra
tarea o colaborar con la ONG. Podes
hacerlo en nuestra pagina:
www.lospayas.org.ar o nuestras redes
[@lospayasmdq](https://www.instagram.com/lospayasmdq)**

EL ROL DE LAS PERSONAS ADULTAS A CARGO DE LAS NIÑECES: LA FUNCIÓN DE LOS LÍMITES

Elizabeth Ormart

Autora del libro "La construcción de los límites en niñxs pequeñxs"

Poner los límites es una tarea difícil. Da trabajo y lleva tiempo. Pero es un regalo de amor y cuidado para nuestros hijos/as.

A medida que los/as niños/as crecen se van separando de sus cuidadores y van construyendo su yo, su identidad, su forma de ser. Es importante que en las etapas más tempranas de la vida los chicos/as incorporen la frustración. La aceptación de que hay cosas que se pueden hacer y otras no, y que hay cosas que no nos hacen bien y nos lastiman. Poner límites es enseñar a cuidar y a cuidarse.

Los límites son formas de cuidado y protección. Si yo dejo a mi hijo/a libre, que haga lo que quiera no lo cuido, lo más probable es que se lastime, se golpee, etc. A ningún adulto que quiera a sus hijos/as se le ocurre dejar a un bebé que está aprendiendo a caminar solo en una cornisa. Porque lo ama, lo cuida y lo protege.

Los límites son algo cotidiano, que tiene que ver con la convivencia. Y se presentan en todas las situaciones en las que interaccionan nuestros hijos/as con otros niños/as y con los adultos/as. A la hora de comer, de higienizarse, de dormir, por mencionar algunos escenarios.

Por ejemplo, mi hijo/a se levanta y para desayunar quiere coca y papas fritas todos los días, ¿lo dejo comer eso? O trato de ofrecerle desde pequeños/as un menú variado para que se alimente mejor.

Mi hijo/a quiere dormir todas las noches en mi cama, entre mi pareja y yo. ¿La dejo dormir en mi cama o le enseño que cada uno/a tiene su espacio y hay que respetarlo?

La función de los adultos/as cuidadores es enseñar a los/as peques a con-vivir en sociedad, a respetar y ser respetados. La sociabilidad supone una serie de habilidades que se aprenden en la convivencia con otros que tengan incorporadas las conductas prosociales. Y esos otros son los adultos/as que han ido incorporando ciertos límites, ciertas pautas de convivencia y tienen la función de andamiaje.

La noción de andamiaje que ofrece Vigotsky, nos muestra que lo que no podemos hacer solos/solas con una persona que nos ayude lo podemos lograr. Esto explica porque los niños/as más chicos que tienen hermanxs mayores aprenden más rápido que los que no los tienen: porque reciben el andamiaje de los hermanos/as.

No podemos pensar que los/as chicos/as aprenden solos/as, tampoco que son dependientes en todo. Pasada la edad de bebés, cuando empiezan a independizarse tenemos que estar presentes como adultos/as acompañando, andamiando. No sobreprotegiendo, ni dejándolos/as solos/as.

Cuando ponemos límites, desde el amor y el cuidado les damos espacios de autonomía para que hagan y les enseñamos que nuestra libertad tiene límites siempre.

Alrededor de los dos años suele empezar una edad difícil, la edad de los berrinches. “Cuando no le doy lo que quiere, se tira al piso y patalea” me decía una mamá. Y “¿qué haces?” Le pregunto. Y le doy lo que quiere para que se calme, dice la mamá resignada. En esta situación los chicos/as aprenden algo, que cuando hacen berrinches les dan lo que quieren. Y ¿qué pasa cuando ese niño/a crece y no acepta un “no” por respuesta?

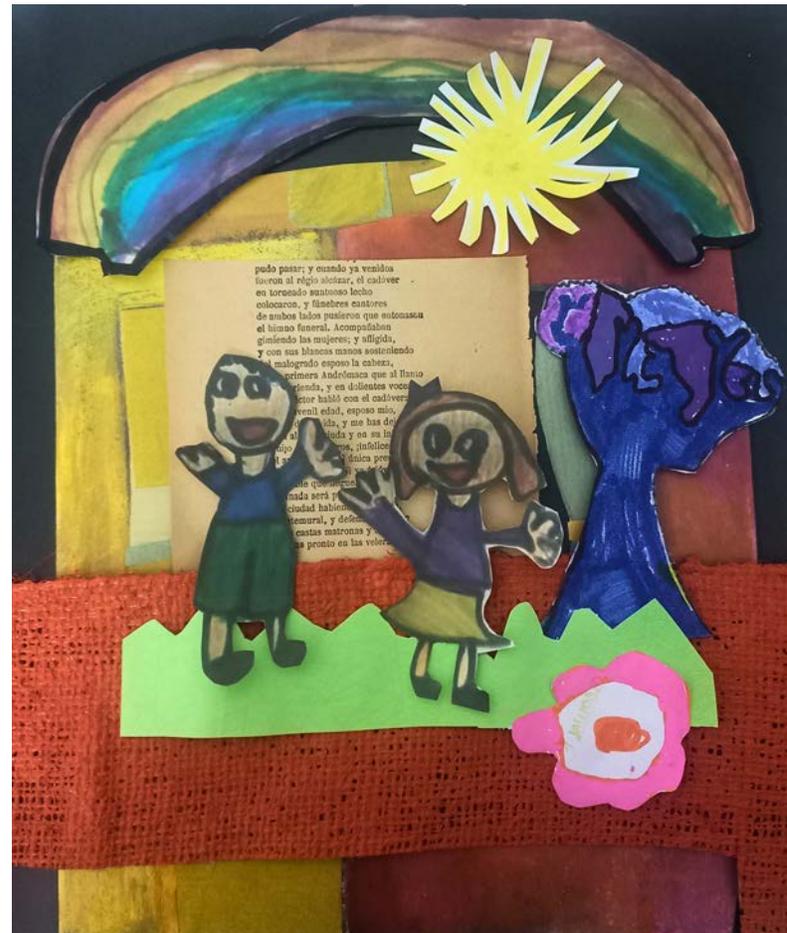
Transitar la edad de los berrinches supone esfuerzo y determinación por parte del adulto que tiene que saber que decir “no” ahora es un aprendizaje que los chicos/as tienen que incorporar.

Hay cosas que se pueden, otras no; otras cosas que se pueden hacer ahora, otras después; otras actividades que se hacen acá, otras en otro sitio. La energía sexual (pulsional, decía Freud) tiene que ser sublimada, encaminada hacia conductas socialmente aceptadas. Construir un sujeto no es fácil, no tenemos recetas fijas.

Lo que sí sabemos, es que un aprendizaje importante para la vida es saber que no todo se puede, ni se debe. No todo lo que se puede es bueno para nosotros/as. No todo lo que queremos lo podemos conseguir. La frustración es parte de la vida. Es una tarea desafiante pero no imposible poner límites.

Dos conceptos importantes nos llevamos hoy: andamiaje y sublimación. Acompañar y encaminar la energía de los/as niños/as.

Y siempre que les pongas límites a tus hijos, piensa que es importante que el amor que les tenés se convierta en aprendizajes para sus vidas



LA IMPORTANCIA DE LA MICROBIOTA EN EL EMBARAZO, PARTO Y LACTANCIA.

Alejandra Rodríguez

Médica tocoginecóloga

Posgrado en Medicina Ayurveda

El concepto de “Los primeros 1000 días” se basa en el tiempo comprendido entre el momento de la concepción y los dos primeros años del niño/ña. Su importancia radica en los innumerables efectos que impactan en la madre y su hijo/a, no solo en este momento, sino a lo largo de su vida. Este período es de gran vulnerabilidad, pero, a su vez, nos brinda un abanico de estrategias de cuidado y promoción de la salud. Es un tiempo de vital importancia para la madre y el niño/a.

Por eso en ese recorrido es de suma importancia que contemos con todo lo necesario e imprescindible. En este tiempo, microorganismos diminutos que son parte vital de nuestra existencia (microbiota materna) se volverán protagonistas de una maravillosa siembra que ocurrirá intraútero (todavía en controversia), en el momento del parto, en el contacto piel a piel y en la lactancia.

¿Pero qué es la microbiota?

Es el conjunto de microorganismos que vive en diversas partes de nuestro cuerpo (intestino, boca, vagina, piel, etc) y nos ayuda en un sinnúmero de funciones, como la de mejorar nuestra calidad de vida.

Antes pensábamos que las bacterias solo nos enfermaban, pero a la luz de los conocimientos actuales sabemos que la mayoría de las bacterias son beneficiosas y ayudan al ser humano y al planeta a mantenernos en armonía y saludables. Solo unas pocas son patógenas y generan enfermedades.

¿Por qué es importante la microbiota en el embarazo?

Porque si la microbiota de la madre está en equilibrio será la mejor herencia para su bebé. La mayor parte de la siembra microbiana beneficiosa para nuestros hijos/as, es en el momento del parto, siendo también importante la primera hora de contacto piel a piel y la lactancia. Si el parto es vaginal los microorganismos que colonizan al recién nacido ayudan más en la salud futura de los niños/as, por ejemplo en disminución de alergias, asma, inflamación intestinal y hasta en la obesidad que puedan desarrollar en la vida adulta; los microorganismos que se dan en esa siembra ayudan a entrenar el sistema inmune del recién nacido para su vida futura. Lo antedicho nos sirve para reflexionar sobre la alta tasa de cesáreas innecesarias que vemos en la actualidad.

¿Cómo cuidamos de esa microbiota en el embarazo?

Con una alimentación variada que sea rica en verduras, frutas, cereales integrales (arroz integral, mijo, quinoa, amaranto, cebada, etc), semillas (chía, lino, sésamo, girasol , zapallo), legumbres (lentejas, lentejones, poroto mung, aduki, garbanzos, etc).Tomando agua segura, realizando actividad física como caminatas con calzado cómodo, teniendo espacios para conectarnos con la naturaleza y con nosotras mismas.

Revisar nuestros vínculos con las demás personas en lo familiar y en lo laboral. Pedir ayuda si nos vemos sobrecargadas o con emociones negativas a nuestra gente querida o al equipo de salud que nos acompaña.

... y vos, ¿Cómo cuidas tu microbiota?

Si te interesa profundizar en este tema, podés descargar el Libro Mis primeros mil días con el mundo microbiano en el siguiente link:

<https://reactlat.org/download/mis-primeros-mil-dias-de-vida-con-microbios-y-antibioticos/>



¿QUÉ ES LA LEY DE 1.000 DÍAS?

Es el tiempo, contado en días aproximados, en el que transcurre el embarazo, el nacimiento y hasta los 3 años de vida. Es un período importante porque tiene profundos efectos en la salud integral tanto en ese presente como en el futuro de las personas.

Es uno de los “cursos de vida” más importantes si se tiene en cuenta el desarrollo y el crecimiento de las personas, que sienta las bases para la salud, el bienestar, el aprendizaje y favorece la autonomía.

Esto significa que lo que se haga hoy para cuidar a las personas durante los 1000 días tendrá efectos en el resto de sus vidas, e incluso en las generaciones futuras. Nuestra salud, la de nuestra familia y la de la comunidad a la que pertenecemos se construye día a día y nunca es tarde para generar cambios positivos.

Existen derechos, acciones y prácticas de protección que son relevantes en esta etapa de la vida; tenemos la educación sexual integral, el respeto por el deseo y la decisión de maternar, los controles durante el embarazo, el parto y nacimiento respetados y seguros, el apoyo comunitario, la lactancia, las vacunas, el abordaje de las violencias, los espacios para crianzas amorosas, entre otras herramientas.

Cuidar la salud y los procesos de salud-enfermedad, promover una vida saludable, prevenir enfermedades, lesiones, violencias, reaprender a jugar y disfrutar con las niñeces es tener una comprensión integral de este período de la vida, entendiéndolo como un proceso continuo.

¿Por qué 1000 días?

Es el tiempo que transcurre durante el embarazo, el nacimiento hasta los primeros 3 años de vida. Es el curso de vida más importante para el desarrollo y crecimiento de las personas porque sienta las bases para la salud, el bienestar, el aprendizaje y favorece la autonomía. Todo lo que se haga hoy para cuidar a las personas durante los 1000 días tendrá efectos en el resto de sus vidas, e incluso en las generaciones futuras.

¿Qué derechos protege?

El Plan amplía derechos vinculados a la seguridad social, a la identidad, a la información, a la salud integral

CUIDADOS: Derecho a la salud integral: física, emocional y social.

SEGURIDAD SOCIAL: Derecho a las distintas asignaciones familiares .

IDENTIDAD: Derecho a saber quiénes somos

PROTECCIÓN: Derecho al acompañamiento y la atención en situaciones de vulnerabilidad

INFORMACIÓN: Derecho a tomar decisiones informadas.

CUIDAR EN TERRITORIO

Lic. Burkhard Nerina

Área Primera Infancia

Nacer entre Palabras



El cuidado como categoría de análisis ha ido tomando relevancia a partir de los debates promovidos por los movimientos feministas y por diferentes autoras de las ciencias sociales, quienes han abordado las transformaciones propias de la sociedad moderna y sus repercusiones en el bienestar de los individuos, las familias y la sociedad. Desde entonces, se han ido abordando diferentes conceptualizaciones en lo que refiere a los antecedentes de la noción de cuidado, como la visibilización del trabajo doméstico, los procesos sociales de producción y reproducción capitalista, y los estándares de bienestar.

Dichas conceptualizaciones refieren, en primer lugar, a la separación entre los espacios privado y público, es decir, entre “hogar” y “trabajo”, demarcando una división del trabajo bajo esferas del patriarcado y el sistema binario sexo/género, de producción y reproducción del capitalismo y los procesos invisibilizados, propios del

ámbito doméstico, que lo sustentan: como son las actividades de cuidado (Esquivel, Faur, Jelin, 2014).

Las actividades de cuidado de las infancias pueden ser realizadas en distintos ámbitos, instituciones y personas, dentro y fuera de la esfera familiar, estableciendo una diferencia en cuanto al reconocimiento socio-económico entre los cuidados que se realizan fuera o dentro del hogar, siendo remunerado o no remunerado/invisibilizado (Jelin, 2010). Sin embargo, existe algo que persiste: un patrón social fijo y desigual, basado en una división sexual del trabajo, el cual establece la expectativa social de que son las feminidades quienes se responsabilizan por las tareas de cuidado. Sumado a las transformaciones propias del contexto social y al interior de las organizaciones familiares, el cambio paradigmático en torno a la concepción de las infancias resulta relevante a la hora de pensar la importancia de los cuidados sociales.

Dejando atrás el Paradigma Tutelar y la Ley de Patronato de Menores (Ley No 10.903) que sometía al menor a la tutela del Estado, privándolo de garantías ciudadanas y transformando a niños/as y adolescentes en objetos privilegiados de intervención en tanto “objetos de tutela”; la Ley de Protección Integral de los Derechos de NNA (Ley Nacional No 26.061) los reconoce como “sujetos de derecho” y sostiene la relevancia de los vínculos socio-afectivos de la niñez. Plantea, entre otras cosas, la importancia de la Responsabilidad por parte de la Familia, la Sociedad y el Estado para garantizar el pleno acceso a derechos, estableciendo que los Organismos de Estado deben asegurar políticas, programas y asistencia apropiados para que la familia pueda asumir adecuadamente la responsabilidad de garantizar el pleno disfrute y efectivo ejercicio de derechos y garantías (Art. 7o). Destacar la importancia del cuidado durante los primeros años de vida de las infancias nos conlleva a pensar en todas las variables que influyen fuertemente en el desarrollo integral de los individuos, tomando relevancia el contexto social, tanto en los aspectos materiales necesarios (como vivienda, ropa, calefacción) y el cuidado del cuerpo (siendo esencial el acceso a una nutrición balanceada y controles médicos), como las áreas emocionales y cognitivas (donde

cobran relevancia los vínculos socio-afectivos entre quienes cuidan y quien es cuidado, la estimulación temprana, los servicios de educación inicial y centros de salud).

En este sentido, se considera clave el rol del Estado en la formulación e implementación de políticas sociales territoriales con enfoque de derechos y perspectiva de género. Es decir, políticas de cuidado en contacto con las necesidades sentidas, que acompañen a los sectores más vulnerables, mayoritariamente mujeres, identidades feminizadas e infancias.

En el marco de las políticas públicas es necesario avanzar en la construcción de un sistema integral de cuidados pensado en clave de derechos, intersectorialmente y en territorio, que contemple las diversas experiencias regionales e interculturales, garantice el acceso a derechos, priorice sectores postergados y materialice servicios suficientes, continuos y de calidad pensados para las infancias, involucrando al mundo adulto en su totalidad.

- Esquivel, V., Faur, E. y Jelin, E. (2014) *Las lógicas del cuidado infantil. Entre las familias, el Estado y el mercado.* Cap. 1: Hacia la conceptualización del cuidado: familia, mercado y estado. pp. 11-43.
- Jelin, E. (2010). *Pan y afectos. La transformación de las familias.* Fondo de Cultura Económica, Buenos Aires. Cap. II y III.
- Ley Nacional No 26.061 *Ley de Protección Integral de los Derechos de las Niñas, Niños y Adolescentes*

RECURSERO



PREPARÁNDOTE A NACER

- **CAPS IREMI** lunes 9:30hs - San Martín 3752
- **CAPS MEYRELLES** miércoles 13hs - Alejandro Korhn 2205
- **CAPS APAND** martes 13hs - Berutti y Monseñor Zabala
- **CAPS ALTO CAMET** jueves 10:30hs - Cura Brochero 7100



saludintegralygeneromdp@gmail.com



@saludintegralygeneromdp

NACER ENTRE PALABRAS

- **CONSEJERÍA PARA LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA OBSTÉTRICA**

Alberti 1528 Sede DGPG/ Atención quincenal: martes 17 a

18hs.



consejeriavonacerentrepalabras@gmail.com

223-3448943

- **PROGRAMA RADIAL “NACER ENTRE PALABRAS”**

Martes 17 a 18 / Punto Radio M.D.Q

- **TALLERES “NACER ENTRE PALABRAS” (a definir)**

CAPS Batán

CAPS Aeroparque

CAPS IREMI

RECURSERO

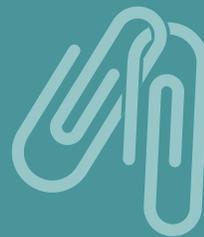


HOSPITAL INTERZONAL MATERNO INFANTIL

- **CONSULTORIO DE LACTANCIA MATERNA HIEMI**
Martes, miércoles y Jueves de 13 a 14 hs (A demanda)
Castelli 2450 /Consultorio N°25
- **CURSO PREPARTO HIEMI**
Lunes a viernes de 9 a 12hs /Castelli 2450/1er piso
A partir de la semana 30 de embarazo.
(a demanda o por ig @residenciaobstetrica).
- **CONSULTORIO DE ACOMPAÑAMIENTO EN EL POSPARTO HIEMI /SAPS**
Miércoles 14 a 16hs
Consultorio externo Obstetricia N°5 (sin turno)

INSTITUTO RÓMULO ETCHEVERRY DE MATERNIDAD E INFANCIA (IREMI)

- **CONSULTORIO LACTANCIA IREMI**
Jueves 14 hs (demanda espontánea)
San Martin 3752 / 499-7701



DIRECCIÓN MUNICIPAL DE NIÑEZ, ADOLESCENCIA Y FAMILIA

Teodoro Bronzini 1147, piso 2 - 223 499 6658 / 6621 / 6622 / 6630
infanciayadolescencia@mardelplata.gob.ar
www.mardelplata.gob.ar/infanciayadolescencia

CASAS DEL NIÑO

Paula Albarracín Rosales 6392 / 4812524
Ricardo Gutiérrez Olazábal 1882 / 4727307
El Grillito Constitución 7020 / 4774334
Centenario 3 de febrero 6042 / 4704565
Bichito de Luz Dellepiane 2431 / 4826986
La Ardillita Calle 126 e 135 y 188 Ruta 88 Batán / 4642671

CPDeN, Centros de Protección de los Derechos de la Niñez

Sur Pescadores 456 / 4996472
Santa Rita Calabria 7877 / 4819046
Dorrego Termas de Río Hondo 2060 / 4780354
Belgrano Teodoro Bronzini 1147 / 4996621
Apand Constitución 7020 / 4703557
Camet Constitución 7020 / 4780658
Centro Olazabal 1882 / 472 3129
Batán Julián Ríos 4268 / 464 2098
Cerrito y San Salvador Padre Dutto 549 / 480 1621
Paula Albarracín Padre Dutto 549 / 480 6956
La Herradura Rivadavia 10227 / 4871921

CASAS DE ABRIGO

Carlos Arenaza Patagones 761 / 4740256
Ramón Gayone French 6902 / 4784368
Hogar Convivencial Casa de los Amigos Avellaneda 2920 / 4721114
Hogar Convivencial Francisco Scarpatti Ruta 2 y Berutti / 4774345

RECURSERO



DIRECCIÓN MUNICIPAL DE NIÑEZ, ADOLESCENCIA Y FAMILIA

EQUIPO DE ATENCIÓN AL NIÑO EN SITUACIÓN DE RIESGO: Línea 102

Ley 13298, que implementa la Convención de los Derechos del Niño el Equipo de Asistencia a Niños en Situación de Riesgo E.A.N.S.R (línea de emergencia 102) es el organismo municipal encargado de aplicar la Ley.

ENVIÓN, PROGRAMA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL COMPARTIDA

LIBERTAD Santa Cruz 8003 / 4789810 envionlibertad2@hotmail.com

BELGRANO Virrey del Pino y calle 29 envionbelgrano@gmail.com

DORREGO Paraguay 2280 / 4873161 enviondorregomardelplata@hotmail.com

CENTENARIO Tierra del Fuego 3200 / 4741045 envioncentenario_mdq@hotmail.com

PUERTO Posadas 655 / 4808276 envionpuerto@gmail.com

BATÁN Julián Ríos 4268 / 4646143 programaenvionbatan@gmail.com

AUTONOMÍA JOVEN

Padre Dutto 549 / 4895803 autonomiajoven.mdp@gmail.com

CRECIENDO JUNTOS

Programa para adolescentes, jóvenes y adultas embarazadas

Lunes y miércoles 13:30 a 16:30hs

Miércoles 8 a 11hs, 11 a 13 hs y 13 a 15 hs.

CEF N°1, Av. Patricio Peralta Ramos 2280.

Ilustración de tapa e interiores
LUCIANA COLACCI

Diseño general
LETICIA CIRIZA

Equipo editorial
CAROLINA CARRIQUIRY
SANDRA MARAÑÓN
MIRTA SÁNCHEZ
LETICIA CIRIZA

*Agradecemos a todas las personas e instituciones que
hicieron posible que se concrete esta iniciativa.*

Contacto
preparandotenep@gmail.com

