



Nombre de alumno: María Daniela Gordillo Pinto

Nombre del profesor: Julibeth Martínez Guillen

Nombre del trabajo: Ensayo Unidad IV

Materia: Educación en nutrición

Grado: 4º cuatrimestre

Grupo: único

Comitán de Domínguez Chiapas a 1 de diciembre de 2023.

INTRODUCCIÓN

En la sociedad actual, la comprensión y empatía hacia las experiencias del embarazo y la lactancia son fundamentales para fomentar entornos más inclusivos y compasivos. En este contexto, surge la creación de un juego de mesa inspirado en el clásico "Adivina Quién", pero con un enfoque educativo sobre la maternidad y paternidad. Este juego pretende ofrecer una plataforma interactiva y divertida para explorar, comprender y comunicar de manera amigable los conceptos básicos que rodean al embarazo y la lactancia. A través de esta iniciativa, se busca promover el diálogo abierto, la empatía y la educación sobre estos temas cruciales en la vida familiar.

JUEGO DE MESA “ADIVINA QUÉ? EDICIÓN EMNARAZO Y LACTANCIA”

PARA QUIÉN

El juego está diseñado para una audiencia diversa. Puede ser útil y educativo para parejas o mujeres embarazadas, familias que esperan un nuevo miembro, personas que desean aprender más sobre conceptos básicos de embarazo y lactancia, así como profesionales de la salud que trabajan con mujeres embarazadas y madres lactantes.

POR QUÉ

El juego surge de la necesidad de crear una plataforma que permita a las personas explorar y comprender los desafíos, preguntas comunes y conceptos asociados con el embarazo y la lactancia de una manera lúdica. El objetivo es fomentar la empatía, el entendimiento y la comunicación abierta sobre estos temas que son fundamentales en la vida familiar.

PROPÓSITO

El propósito principal del juego es educar y generar conciencia sobre los aspectos físicos, emocionales y sociales del embarazo y la lactancia. Busca ofrecer información precisa y relevante de manera accesible, promoviendo conversaciones

significativas y desmitificando conceptos erróneos o tabúes que puedan existir alrededor de estos temas. Además, busca fortalecer la conexión entre los jugadores al compartir conocimientos y experiencias.

- Educar de manera divertida: Proporciona información sobre el embarazo y la lactancia de forma interactiva y entretenida, lo que facilita la retención del conocimiento.
- Fomentar la empatía: Al permitir a los jugadores experimentar situaciones y desafíos relacionados con el embarazo y la lactancia, se promueve un mayor entendimiento y apoyo hacia las personas que atraviesan estas etapas.
- Crear conciencia: Al abordar temas relevantes y realistas, el juego contribuye a la sensibilización sobre las experiencias que rodean el embarazo y la lactancia, reduciendo posibles estigmas o malentendidos.

CÓMO SE ELABORÓ

Se reutilizaron los tableros del juego de mesa Adivina Quién?, se crearon 24 fichas para cada tablero y otras 24 fichas para la caja, con conceptos básicos de embarazo y lactancia, como vitaminas y minerales esenciales durante estas etapas, los tipos de leche materna, la anatomía externa del seno materno, tipos de parto según el tiempo de gestación y algunas posiciones más comunes para el amamantamiento.

CÓMO SE JUEGA

1. Cada jugador elige una tarjeta que representa un concepto relacionado con el embarazo o la lactancia.
2. A través de preguntas estratégicas, los jugadores intentan adivinar el personaje seleccionado por el oponente.
3. Las preguntas se centran en aspectos relacionados con el embarazo y lactancia, como vitaminas y minerales esenciales durante esta etapa, los tipos de leche materna, la anatomía externa del seno materno, tipos de parto según el tiempo de gestación y algunas posiciones más comunes para el amamantamiento. Las respuestas solo pueden ser sí o no.

4. Con cada respuesta, los jugadores van bajando las casillas hasta que puedan adivinar el concepto de su oponente.



CONCLUSIÓN

En resumen, el juego de mesa diseñado para abordar el embarazo y la lactancia representa más que un entretenimiento: es una herramienta valiosa para la educación y la sensibilización. Al ofrecer un enfoque interactivo y accesible, este juego fomenta la comprensión, derriba estigmas y fortalece la conexión entre los jugadores al compartir conocimientos y experiencias. Su potencial para promover la empatía y el entendimiento sobre estos aspectos vitales de la vida humana lo convierte en una contribución significativa al apoyo a las futuras madres, padres y a la sociedad en general. Así, este juego representa un paso hacia adelante en la búsqueda de una comunidad más informada, compasiva y consciente de las complejidades y alegrías que conlleva la experiencia del embarazo y la lactancia.

REFERENCIAS

Los conceptos de las fichas fueron tomados de apuntes y antología de la materia de embarazo y lactancia.

- Universidad Del Sureste. (2023). Antología de Nutrición en Embarazo y lactancia. PDF.