

## Saludos sin contacto

El coronavirus está cambiando muchas rutinas de nuestro día a día, pero que mantengamos la distancia física no significa que tengamos que perder una de las cosas que, sin darnos cuenta, nos unen más a las personas que nos rodean: el saludo. ¡Vamos a elegir entre todos un nuevo saludo para este curso escolar!



**Educación en salud:** Descubre más propuestas para impulsar la educación en salud y hábitos saludables este curso

El saludo es un símbolo de bienvenida, respeto y aprecio por la gente que nos rodea. ¡Que mantengamos las distancias no significa que debemos perderlo! Explorar en el aula las **alternativas que tenemos para saludarnos en tiempos de COVID-19** y decidir entre todos cuál va a ser nuestra elección y por qué elegimos ese saludo, puede ser una buena forma de iniciar el curso.

Esta puede ser una gran oportunidad para explorar, en **todos los niveles educativos**, el modo en el que las **relaciones sociales** nos unen y nos hacen sentir parte de una comunidad. También puede ser una buena oportunidad para reforzar nociones básicas de **habilidades sociales** y hacerlas explícitas, ya que hay muchos estudiantes que pueden llegar a la vida adulta sin un adecuado desarrollo de estas competencias.

La propuesta para dar la bienvenida a este nuevo curso es muy sencilla: **elegir entre todos un nuevo saludo que nos permita mantener y fortalecer las relaciones sociales en la escuela**, respetando las normas de prevención necesarias para frenar la expansión del virus SARS-CoV-2.

Además, ya que vamos a elegir un nuevo saludo, es importante que lo hagamos con un enfoque de [educación en derechos de infancia](#):

- **Derecho a la participación:** es importante que los estudiantes puedan opinar y decidir qué saludo consideran más adecuado.
- **Derecho a la no discriminación:** es necesario que el saludo sea inclusivo y que sirva para integrar a toda la comunidad educativa.
- **Derecho a la libertad de expresión:** es muy interesante conocer de dónde vienen los saludos tradicionales y en qué marco social fueron adoptados para que podamos elegir un nuevo saludo que pueda reflejar nuestros valores y el respeto y cariño que queremos mostrar a otros cuando lo utilizamos.



- **Derecho a la libertad de pensamiento, conciencia y religión:** los saludos tienen un claro componente cultural, nos sirven para acercarnos a otras personas y establecer puentes, pero también pueden ser un escollo si pasamos por alto el significado que determinados gestos tienen en diferentes culturas.
- **Derecho a la salud:** el saludo a distancia no se puede quedar en una anécdota, necesita practicarse y sustituir a otros saludos para que realmente ayude a proteger la salud de la comunidad educativa.

## ¡Manos a la obra!

Para elegir un saludo podemos seguir tres fases:

### 1. Investigación: ¿Qué es un saludo?

**Damos por hechos los saludos**, tanto que a veces ni saludamos o lo hacemos de un modo incorrecto. Los saludos existen en todas las culturas humanas desde tiempos inmemoriales y también podemos observar como muchos animales tienen rituales de saludo y reconocimiento que les permiten relacionarse. De nuestra **capacidad para saludar correctamente** dependen cosas que, a veces, nos pasan desapercibidas:

- Nuestra probabilidad de **integración** en un grupo.
- La **percepción positiva o negativa** que los demás tengan de nosotros.
- La capacidad de **mostrar aprecio, reconocimiento o respeto** por los demás o, al contrario, de herir su sensibilidad.
- La **identificación** que hacemos respecto a las características sociales, económicas o culturales de las personas con las que nos encontramos, así como la que ellas hacen de nosotros.

El **origen de los saludos en cada cultura** es muy interesante y, en función de la edad y madurez de nuestro alumnado, puede merecer la pena hacer una pequeña investigación que nos abra los ojos a la diversidad y profundidad que se esconde en un gesto tan simple. Por ejemplo:

- Se dice que el apretón de manos y el abrazo tienen su origen en la antigüedad y su objetivo era transmitir confianza a la otra persona mostrando que no se portaban armas.
- Los besos en la mejilla son frecuentes en algunas regiones de Europa y Latinoamérica pero no en otras partes del mundo, donde pueden resultar incómodos y dificultar la comunicación. Incluso en los países donde es habitual saludarse así, hay bastantes diferencias entre el grado de familiaridad que debe haber entre dos personas para que se sientan a gusto saludando con uno o más besos.
- En Asia son comunes los saludos a distancia, como el *namasté* de la India, el *adab* de Pakistán, el *wai* de Tailandia o la reverencia de Japón. Podemos adoptarlos en el aula, siempre que **conozcamos su significado y lo respetemos**, evitando caer en la apropiación cultural.

### 2. Elegimos un saludo

No es necesario que compliquemos mucho las cosas: un saludo tan sencillo y tradicional como agitar la mano diciendo “hola” puede ser una solución perfecta para lograr nuestro objetivo. Pero si decidimos embarcarnos en la creación de un nuevo saludo **es importante tener en cuenta algunas cosas**.

Un saludo adecuado para el aula sería aquel que:

1. Se puede hacer respetando la **distancia de seguridad**.
2. No presenta **dificultades de ejecución** que impidan a determinados estudiantes hacerlo bien ni comporta posibles riesgos físicos.
3. Refleja los **valores de nuestro centro educativo** y los sentimientos que queremos transmitir a las personas que saludamos.
4. **Sustituye completamente** a los saludos con contacto.



5. Es percibido como un **juego** y ayuda a generar un sentimiento de **cercanía y comunidad**.
6. No contiene gestos que puedan ser considerados ofensivos, parezcan una burla a otras culturas o que muestren una **falta de respeto** a los sentimientos de otras personas.
7. Es un **saludo igualitario**, que no marca diferencias de estatus entre quienes se saludan.
8. **No pertenece** al ritual de un credo religioso o a la disciplina militar ni se inspira en la simbología de movimientos ideológicos o políticos actuales o de la historia reciente.

El grado de **participación del alumnado** dependerá de su edad, grado de madurez y de los tiempos de los que se disponga para elegir el saludo. Por ejemplo:

- Pueden elegir entre diferentes propuestas presentadas por el equipo docente.
- Pueden presentar sus propuestas de saludo, que luego se someterán a votación del alumnado o serán elegidas por adultos.
- Pueden participar en la implementación del saludo, por ejemplo, en la promoción del saludo elegido mediante carteles y otras formas de comunicación escolar.

### 3. Implementamos el saludo

**Comunicar el nuevo saludo** puede ser tan divertido como elegirlo. Podemos dibujar carteles o utilizar los medios de comunicación del centro, como la radio escolar o la web para que **todos lo conozcan y lo utilicen**.

No olvidéis contarnos qué saludo habéis elegido: podéis enviarnos un correo a [educacion@unicef.es](mailto:educacion@unicef.es) o compartirlo en redes sociales con los hagshtag **#educasalud**, **#educaderechos** o **#educacovid19**  
**¡Nos interesará mucho saber cómo ha sido el proceso!**