

## **"Lo más gratificante es ver las sonrisas con ojos abiertos"**

“Que tu vida no sea una vida estéril. Sé útil. Deja poso”, decía san Josemaría, y a esa frase se abrazó Sofía González, una supernumeraria de 24 años, que decidió dedicar su tiempo y esfuerzo en ser útil para los demás, combatiendo el azote de la desnutrición.

04/02/2015

Hace unos pocos meses, frente a 150.000 personas que escuchaban en la plaza San Pedro, el papa Francisco animó a hombres y mujeres a “derrotar el flagelo del hambre, agravado por los conflictos y los inmensos derroches de los que a menudo somos cómplices”. Como respuesta a ese pedido, y a la urgencia interior de “ser útil” para los demás, Sofía decidió tomar las herramientas que le brinda su profesión para ayudar a erradicar la desnutrición en el país.

Sofía tiene 24 años, es psicóloga y está encargada del área de estimulación temprana en un centro de la red Conin en Tigre. Trabaja con chicos de tres a seis años, 15 de ellos a la mañana, 15 a la tarde. Como si fuese un jardín de infantes, “con la diferencia de que aquí uno puede ser testigo de la cara oculta de la pobreza”. Los niños y niñas que asisten provienen de familias con

muchas carencias. Los padres casi no tienen recursos para subsistir y, como consecuencia, los chicos sufren un alto nivel de desnutrición crónica, lo que puede provocar retrasos en el desarrollo físico y cognitivo. Sofía, además de estimular sus capacidades, les brinda acompañamiento emocional y afectivo.

“Para evitar que el chico esté desnutrido, hay que llegar a los padres, porque depende de ellos”, explica. “Por eso buscamos trabajar con toda la familia, para dar herramientas que los ayuden a erradicar el problema. No solo se da comida, sino educación”. Dentro de ese plan, su rol es con los más chiquitos, para los que tiene total dedicación. Dar un abrazo, una sonrisa, y tratar con mucho cariño a esos chicos y chicas es el corazón de su trabajo.

**- ¿Cuál es la realidad social que observás en tu trabajo?**

Lo más triste o duro de esa realidad es que la gente tiene muy pocas aspiraciones porque están acostumbrados a la carencia, a la falta de trabajo, al asistencialismo. Como nunca nadie les mostró otra cosa, no se sienten capaces de proyectos a largo plazo y eso es durísimo. Igualmente, me parece importante rescatar que las madres y familias que vienen al centro lo hacen porque ven de alguna manera la necesidad de cambiar la forma en la que viven, y empiezan a mirar más a futuro.

**- A partir de lo que observás trabajando con las familias, ¿cuáles te parecen las necesidades fundamentales en la sociedad actual?**

La educación me parece la primera necesidad. No solo académica, sino

una educación en valores, en virtudes humanas, que los motive a salir adelante. Por otro lado también me parece importante la prevención en salud, para evitar problemas en vez de taparlos cuando ya es tarde. Que haya planes de trabajo que fomenten el desarrollo del potencial humano de la gente y que vayan más allá de la asistencia, para ayudar a todos a tener metas de progreso.

**- Cuando estás con los chicos y chicas, ¿qué es lo más gratificante y qué, lo más duro?**

Lo más gratificante es ver a un chiquito pedirle perdón a otro después de una pelea, verlos reírse y disfrutar del trabajo que hacen en el jardín, las sonrisas con ojos abiertos, enormes, cuando algo les gusta o divierte. Lo más duro es la violencia que notás en ciertas ocasiones, ver el maltrato en las familias y la indiferencia, quizás de padres a

hijos. También muchas veces replican lo que ellos vivieron y no conocen otra forma de tratarse, están acostumbrados al golpe, por ejemplo.

**- ¿Cómo incidió en tu vida cotidiana el hecho de involucrarte en esta realidad?**

Me ayuda a ser más consciente de que en mi ciudad hay gente que no la pasa tan bien, y están físicamente tan cerca de mí. Antes casi ni sabía que existía ese barrio o que era tan grande. Casi todos los días me cruzo con alguno de los chicos por la calle, porque vivo muy cerca de acá.

También me hizo valorar todo lo que tengo. Y me lleva a estar más cerca de Dios, no solo para agradecer por todo lo que vivo, sino porque necesito estar cerca de Él para también ayudar a los chicos y sus familias, para ser capaz de dar el cariño que ellos necesitan.

**- ¿Qué te motiva a seguir trabajando por la desnutrición infantil?**

Que todo lo que hacemos, poniendo lo mejor de cada una, sirve o les cambia la vida a los chicos y chicas, y a sus familias, aunque sea un poco. Nosotros buscamos que las madres y familias se ayuden a sí mismas. No les regalamos comida, les enseñamos a comer bien. No les damos dinero, les damos las herramientas (talleres de costura, alfabetización) para que puedan conseguir trabajo y así tengan un ingreso duradero, y también dignidad por el esfuerzo realizado. Y así con todo. Por ejemplo, un grupito de mamás está haciendo un taller de pastelería y una de ellas se entusiasmó y empezó a asistir a un curso de pastelería profesional que dura 2 años, del cual se recibe con título. Eso le va a facilitar una salida laboral, y antes quizás no se le hubiese ocurrido

porque nadie se lo había propuesto. Además, cada tanto se hacen ferias en las que las mamás venden todo lo que hacen en los talleres: pan del taller de panadería, carteras y alfombras del de manualidades, ropa del de costura. Eso les da un ingreso y también las estimula, les hace ver que son capaces. Y al ver eso, me motiva saber que realmente podemos hacer un cambio.

---

pdf | Documento generado automáticamente desde <https://opusdei.org/es-ar/article/lo-mas-gratificante-es-ver-las-sonrisas-con-ojos-abiertos-2/> (20/01/2026)