



## EDUCACIÓN PARA LA SALUD: CONDUCTAS DE RIESGO EN LOS ADOLESCENTES Y JÓVENES

María Juana Berra Bortolotti, Rafael Dueñas Fernández

Benemerita Universidad Autónoma de Puebla y CELMA

### Resumen:

El trabajo que se presenta sistematiza la experiencia educativa que como orientadores educativos construimos de manera conjunta con la colectividad de docentes y tutores que participaron en los talleres de Educación para la Salud en educación media superior en instituciones educativas públicas y privadas del Estado de Puebla. Uno de los propósitos de este trabajo es conocer la situación y perspectivas sobre las conductas de riesgo (drogas, conductas antisociales, el estrés, la depresión y el suicidio entre otras) en adolescentes y jóvenes como temáticas de Educación para la Salud, con la finalidad de elaborar propuestas de intervención de promoción para la salud en las comunidades educativas de Educación Media Superior participantes.

Palabras clave: Educación para la Salud, Conductas Riesgo, Tutoría en Adolescentes

“La salud: una manera de vivir, solidaria, autónoma y feliz”  
(En Álvarez y Bisquerra)



## Introducción

El presente texto tiene por objeto sistematizar las diversas experiencias de formación de tutores y docentes de Educación Media Superior (EMS), realizadas a través de los talleres de Educación para la Salud (EpS), en el estado de Puebla en instituciones públicas y privadas, en el periodo 2006 a Junio de 2008.

El propósito de estos talleres fue establecer un cambio de actitud crítica y reflexiva en los docentes y tutores, al abordar las temáticas de las conductas de riesgo en adolescentes y jóvenes.

Estos temas se implementan en el aula como contenidos informativos (drogas, sexo, violencia...) que a veces pueden tener la impresión de que se está realizando prevención cuando en realidad están presentes como enunciados de intención, pero no como una práctica de acción.

Por otra parte, los servicios psicológicos o de orientación de las instituciones educativas tienen una intervención remedial o terapéutica que se reducen a individuos aislados, considerados como “problemáticos”.

El cambio de actitudes de docentes y tutores conlleva una propuesta alternativa para abordar las conductas de riesgo dentro de un modelo de educación para la salud, con la finalidad de integrarlo como tema transversal al proyecto curricular de las instituciones.

La Educación para la Salud (EpS) tiene como principio el desarrollo de habilidades individuales y las estrategias para afrontar los factores que influyen en su salud, sino que incluye la intervención en los contextos educativos, familiares, profesionales, comunitarios y sociales donde se educan y desarrollan los seres humanos.



Un modelo alternativo de EpS en el aula, que promueva estilos de vida saludables, que invita al trabajo conjunto a todos los agentes de la comunidad educativa. Una educación que sitúa a los alumnos para comprender y desarrollar herramientas para afrontar una sociedad tan compleja como la nuestra, basada en la producción y el fomento del consumo, que infunda en los adolescentes y jóvenes la responsabilidad individual y colectiva para mejorar la calidad y equidad de vida de los seres humanos.

Objetivos de los Talleres de EpS:

- Analizar las posibles concepciones implícitas o científicas de los docentes y tutores sobre las conductas de riesgo en adolescentes y jóvenes de EMS como temática de EpS.
- Lograr la implicación de los docentes y tutores en el análisis y reflexión dentro de una posible pluralidad razonable, que genere propuestas de intervención educativa transformadoras de estilos de vida saludables en la comunidad educativa.

En Busca del Modelo Teórico.

La sociedad actual globalizada y de información, se caracteriza por ser principalmente una sociedad de consumo. El avance de la ciencia y la tecnología ha hecho a este mundo más complejo, generando la apariencia de un mundo “libre” con un gran abanico de posibilidades desde la comida, diversión, profesión, trabajo, la elección de pareja y de familia, construyendo así estilos de vida que justifican y reproducen el tipo de economía, política y cultura de estas sociedades. Ante este abanico de “opciones” hoy más que nunca es necesario enseñar a pensar y a sentir de manera más crítica, creativa y ética a los adolescentes y jóvenes.



Estos estilos de vida implican para los adolescentes (como etapa de transición al mundo adulto) un gran peso en la toma de decisiones. Su capacidad de elegir acertadamente supone la habilidad de valorar opciones de manera intencional y consciente, permitiéndoles a los adolescentes construir estilos de vida más saludables.

Como lo señala Krauskopf (s/f) la mirada que actualmente tenemos los adultos de los adolescentes, los identifica como una población problemática, que a menudo queda estigmatizada, esto puede ser una situación riesgosa que puede facilitar en los mismos una identidad negativa. La valoración social del mundo adulto (maestros, padres de familia...) contribuye significativamente a la construcción de la identidad de los adolescentes cuya necesidad de ser reconocidos como personas puede llevar a los adolescentes a realizar conductas problemáticas por el temor de “no ser nadie”.

El reto para la familia y la escuela como primordiales socializadoras de los jóvenes junto con el grupo de iguales, ante los vertiginosos cambios sociales es la construcción de propuestas que respondan al desafío de crear opciones adecuadas a este sector “vulnerable” socialmente, para pasar de una visión de un sector problemático y de exclusión social a un sector positivo y desarrollador hacia su bienestar personal, familiar, profesional y social.

La vulnerabilidad sociocultural de la etapa de la adolescencia se asocia al concepto de “conductas de riesgo”. El riesgo implica la probabilidad de que la presencia de uno o más características o elementos nocivos incremente la aparición de consecuencias adversas para la salud, el proyecto de vida o la sobrevivencia personal o la de otros (Krauskopf, s/f).



La mayoría de las investigaciones a nivel nacional e internacional (Palacios, Bravo, Andrade, 2007), (Acero, Escobar, castellano, 2007), (Gomez, 2000) considera como las siguientes conductas de riesgo para los adolescentes:

1. Consumo de drogas legales (alcohol y tabaco) e ilegales.
2. Accidentes automovilísticos ( exceso de velocidad)
3. Propensión a la violencia y conductas antisociales
4. Embarazos no deseados, enfermedades de transmisión sexual (sida) y la promiscuidad sexual.
5. La depresión, el estrés y el suicidio.

Las conductas agrupadas bajo el nombre de riesgo, pueden ser diferentes entre sí, pero su función psicológica en los adolescentes suele ser similar. Con ella los adolescentes pretenden expresar el rechazo a las normas convencionales, su independencia ante el control paterno, alcanzar un rol prestigioso con el grupo de amigos, que en algunas ocasiones expresa una adaptación pasiva a una sociedad de consumo, que define a las personas por el “tener” (cosas, poder, relaciones) más que en el “ser” una mejor persona humana, moldeando a través de los medios masivos de información (TV, internet...) estilos de vida no saludables.

La Organización Mundial de la Salud, define a la salud: como un estado completo de bienestar físico, psíquico y social, y no únicamente como ausencia de enfermedad o discapacidad (Álvarez y Bisquerra, 1998) Si reflexionamos sobre esta conceptualización podemos observar que la salud no es exclusividad del sector médico, sino que incluye a otros contextos sociales entre los que podemos destacar a la familia y a la escuela como promotores de salud en los niños y adolescentes.

Existen múltiples variables que explican este fenómeno de riesgo, pero la mayoría de los investigadores coinciden que las variables más relevantes son las



“psicosociales” incluyéndose en espacios sociales, familiares, escolares y del grupo de amigos. En todos estos espacios encontramos factores que incrementan la experimentación conductas de riesgo (Gomez, 2000).

- En los social se destaca la accesibilidad y la aceptación del consumo de sustancias de manera formal (legales) e informal (actitudes y valores favorables al consumo).
- En la familia se observan, relaciones afectivas pobres, una mala comunicación caracterizándose como familias disfuncionales y problemáticas, que en general, coexiste con un consumo paterno de drogas.
- En la escuela se identifica con variables como, la reprobación escolar y la insatisfacción con la institución.
- A nivel individual se caracteriza por una baja autoestima, la necesidad urgente de aprobación social, un alto nivel de búsqueda para experimentar nuevas sensaciones, que en ocasiones puede llevar a realizar conductas antisociales. Feldman (2006) Indica que este nivel la incongruencia entre sus necesidades interiores y el mundo que los rodea puede llevar a los jóvenes a un vacío existencial, a un sin sentido de la vida.

Si bien en nuestras sociedades resulta aceptable cierto grado de experimentación del alcohol y del tabaco, a partir de la adolescencia, con variaciones de un contexto sociocultural u otro, la mayoría de los jóvenes al llegar a la vida adulta adoptan pautas de consumo aceptables, y no llegan a presentar problemáticas de consumo. Sin embargo es alarmante que por distintas razones, hay un número mayor de adolescentes y jóvenes que se adhieren a patrones de consumo y de situaciones de riesgo (violencia, fracaso escolar, depresión, sexualidad irresponsable...).



La familia y la escuela deben promover estilos de vida saludables. Educando hacia un enfoque de prevención de riesgos, el cual asume que a mayor conocimiento sobre los eventos negativos, mayor posibilidad de actuar sobre ellos, con la intención de evitarlos cambiando las condiciones que exponen al individuo o grupo a adquirir la enfermedad o daño.

La colaboración familia y escuela deben impulsar junto con el estado políticas y programas de calidad para los adolescentes y jóvenes que promuevan zonas de protección (apoyo familiar, permanencia en el sistema educativo, trabajo, acceso a los servicios de salud) que permitan el desarrollo de una identidad positiva de los Adolescentes como agentes de cambio hacia una sociedad más democrática.

Los programas sociales dirigidos a jóvenes deben disminuir la vulnerabilidad y el daño (zonas de riesgo) al que se encuentran expuestos los adolescentes y jóvenes. Con una detección precoz de la población en riesgo, elaborando programas para estilos de vida saludable, como procesos formativos a incorporarse como temas transversales en los proyectos educativos formales y no formales (Álvarez y Bisquerra, 1989), incorporando a los propios jóvenes a las propuestas y ejecución de los programas de educación para la salud, escolares o gubernamentales. Integrando a adultos (padres y maestros) capacitados y convencidos hacia la creación de redes de apoyo comunitarias.

#### Metodología:

Se establece una metodología cualitativa en la construcción colectiva y dialógica del conocimiento, mediante la modalidad de talleres de treinta horas de veinte a treinta participantes (tutores y docentes).

Las modalidades de talleres vivenciales nos permiten crear espacios dialógicos, donde se pone en común los conocimientos, afectos y experiencias cotidianas y significativas de cada uno de los participantes, para ser resignificadas mediante



estrategias de desaprender – aprender, formas distintas de ser, de relacionarse con los otros en la promoción de la salud institucional y del aula.

Se utilizaron estrategias de enseñanza - aprendizaje que propiciaran el manejo de contenidos y principalmente la participación grupal, tales como: estudio de casos, lecturas colectivas, exposición breve, debate, aprendizaje basado en problemas, técnicas de simulación, técnica de las preguntas entre otras. Como resultado de los talleres se implemento un diseño de intervención con adaptaciones de los autores de este trabajo, basado en la Fundación Sustentabilidad, Educación, Solidaridad (SES). Este diseño queda como una invitación a proseguir con los Programas de EpS en cada una de las instituciones participantes (ver anexos).

Logros y Dificultades de los Talleres.

Institucionales:

Logros: Las instituciones participantes, se interesaron por los programas de EpS que se elaboraron en los talleres, en algunas ocasiones incorporándolos a actividades extracurriculares aisladas, en otras integrándose a los proyectos del centro.

Dificultades: Los docentes y tutores participantes del taller estaban abrumados por las múltiples actividades escolares, lo que no les permitía una implicación total en los talleres.

Docentes y tutores:

Logros: Muchos docentes y tutores se sensibilizaron de la importancia de la EpS en los alumnos y señalaron la necesidad de una formación continua. Así mismo se señalo la importancia de un seguimiento y evaluación de los



programas en situaciones de aplicación por parte de asesores expertos en el tema.

**Dificultades:** Al ser docentes y tutores de diversas disciplinas, con valores y creencias culturales muy arraigadas, manifestaban actitudes de resistencia al cambio de sí mismos y a los estilos de vida saludable que se pretendían implementar.

Las intervenciones de orientación y tutoría cuando existen en las instituciones, como departamentos de orientación o psicología, se reducen a los casos problemáticos desde una actuación remedial y terapéutica y no como actuaciones de prevención y desarrollo humano para toda la comunidad educativa.

**Contenidos:**

**Logros:** Los docentes y tutores interesados realizaron actividades de investigación sobre EpS, intercambiándola con sus compañeros y el grupo en general creando un ambiente de participación dialógica.

Se propusieron algunos recursos metodológicos para poner en la práctica muchos de los temas discutidos en los talleres.

**Dificultades:** Los contenidos abordados de psicología u orientación, en la EMS, se reflejan como temas aislados, con una visión reduccionista del proyecto curricular (no interdisciplinaria), al centrar las conductas de riesgo en una dimensión individual y no dentro de un contexto sociocultural.

Integrar el modelo de EpS implica reestructurar el curriculum y la estructura educativa al asumirse el tema de EpS con los demás temas transversales



(Educación para: la Paz, Ambiental, Ética y Moral, Sexual, Vial, Del Consumidor) como temas relevantes que permiten vincular la realidad exterior de los adolescentes y jóvenes, con la realidad del aula, para formar personas críticas, creativas y éticas.

### Evaluación

La evaluación se concibe en los talleres de EpS como un proceso continuo (considerando los logros y dificultades específicos de cada grupo) que permite la mejora de los talleres, de sus participantes y del facilitador. Al mismo tiempo como un producto colectivo a partir de las construcciones de los docentes y tutores de programas de intervención de EpS en sus comunidades educativas.

### Conclusión

La sistematización de los talleres para la EpS nos ha permitido como orientadores educativos intercambiar experiencias de aprendizaje, anécdotas y relatos de la vida cotidiana en el aula con los docentes y tutores de EMS, permitiéndonos enriquecer el tema y promoviendo su socialización de este texto con la intención de motivar a otros orientadores docentes y tutores a comprometerse para promover estilos de vida saludables, en todas las comunidades educativas con la integración de los temas transversales a los proyectos educativos institucionales.

### Bibliografía

Aceró A, Escobar F, Castellanos G. (2007) Factores de riesgo para violencia y homicidio juvenil. Revista Colombiana de Psiquiatría, vol. XXXVI / No. 1

Álvarez M y Bisquerra R (1998). Manual de orientación y tutoría. Barcelona: Praxis.

Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud (2003) Formación en Promoción y Educación para la Salud. Murcia, España

De Haro I(s/f) .Educación para la Salud. Temas transversales del currículum I. España: Junta de Andalucía.

Dirección General de Orientación y Servicios Educativos (2003) Navegando por la Adolescencia.unam.mx. México UNAM



Feldman F (2006). Escuela y prevención de las adicciones (antología). México: Liberaddictus.

Gómez M. (2000) Adolescencia y prevención: conducta de riesgo y resiliencia. Psicología y Psicopedagogía. Publicación virtual de la Facultad de Psicología de la USAL. Año N° 4.

Krauskopf.D. (s/f) Las conductas de riesgo en la fase juvenil en web:  
<http://www.cinterfro.org.uy/publi/spanish/region/ampro/cinterfor/temas/youth7doc/not/libro37/libro37.pdf>

Ministerio de Salud Pública. República del Ecuador (2005) Manual de norma y procedimientos para la atención integral de los y las adolescentes.

Palacio, Bravo y Andrade. (s/f) consumo de alcohol y conducta de riesgo en los adolescentes. UNAM. En web:  
<http://www.apa.org/international/pi/consumo1.pdf>

## EDUCACIÓN PARA LA SALUD

(Proyecto para adolescentes y jóvenes)

El diseño de un proyecto de intervención con adolescentes y jóvenes de EMS tiene como base el análisis del contexto EpS (conductas de riesgo).

Estructura del diseño de Proyectos (Indicadores).

(Basado en la Fundación SES)

Descripción	¿Qué se quiere hacer?
Fundamentación	¿Por qué razones se quiere realizar el proyecto?
Objetivos	¿Para qué se realiza el proyecto?
Destinatarios	¿A quién o quienes está dirigido el proyecto?
Metas	¿A qué resultados esperamos llegar, y en qué tiempo?
Estrategias ( Actividades, instrumentos, técnicas)	¿A través de qué acciones se generan los resultados?
Recursos	¿Qué recursos son necesarios para realizar el proyecto?



	¿Con que recursos contamos para realizarlo?
Cronograma	¿En qué tiempos se realizaran las acciones para alcanzar los resultados?
Conexiones y Acuerdos	¿Cuáles son las personas e instituciones con las que se tendrá que establecer acuerdos y relaciones para poder implementar el proyecto?
Evaluación	¿Qué aspectos se tendrán en cuenta para la marcha del proyecto?  ¿Cuáles son los indicadores de logro de los resultado planteados.
Impacto del proyecto y replicabilidad del mismo	¿Cómo esperamos influir en la comunidad educativa? ¿Es posible transferirlo a otro centro educativo?
Directorio	¿Con qué servicios o instituciones públicas o privadas contamos para canalizar a nuestros Adolescentes?

Actividad: En la siguiente planilla intenta simular con tu grupo, la elaboración de un proyecto de EpS para tu centro educativo, redactando brevemente cada uno de los apartados del diseño del mismo.



ANÁLISIS CONTEXTUAL DE LAS PRINCIPALES PROBLEMÁTICAS DE SALUD  
EN EL CENTRO EDUCATIVO (CONDUCTAS DE RIESGO).

NOTA: Se puede llevar a cabo con el FODA O Árbol de los Problemas.



## FORMATO COLECTIVO DE DOCENTES O TUTORES

Nombre del Proyecto:

Descripción	
Fundamentación	
Objetivos	
Destinatarios	
Metas	
Estrategias ( Actividades, instrumentos, técnicas)	
Recursos	



Cronograma	
Conexiones y Acuerdos	
Evaluación	
Impacto del proyecto y replicabilidad del mismo	
Directorio	