

## EDUCACIÓN PARA LA SALUD EN ADOLESCENTES Y JÓVENES DESDE EL CONTEXTO COMUNITARIO

### HEALTH EDUCATION IN ADOLESCENTS AND YOUNG PEOPLE FROM THE COMMUNITY CONTEXT

AUTORAS: Catalina Virgen Gómez Parra<sup>1</sup>

Mireisys Perdomo Thompson<sup>2</sup>

Mayelin Labiña Morgado<sup>3</sup>

DIRECCIÓN PARA CORRESPONDENCIA: [catalinagp@ult.edu.cu](mailto:catalinagp@ult.edu.cu)

Fecha de recepción: 20-05-2017

Fecha de aceptación: 28-06-2017

#### RESUMEN

En más de una oportunidad se ha expresado el daño que provoca el mal hábito de fumar e ingerir bebidas alcohólicas, así como la necesidad de que la juventud conozca los perjuicios que pueden evitarse al no consumirlos. El trabajo conforma una de las aristas que pueden servir de pautas para la educación de la salud, vistas desde el contexto comunitario, referidas a estas prácticas. Ofrecemos algunos elementos que han podido constituir factor de riesgo, se han utilizaron algunos métodos que permitió la interpretación, selección y adopción de posiciones relativas al tema y el enriquecimiento del diagnóstico, Es el contexto comunitario dado sus potencialidades, el mejor espacio para desde ahí ejercer influencia y brindar un grupo de sugerencias.

PALABRAS CLAVE: educación; salud; alcoholismo; tabaquismo; contextos.

#### ABSTRACT

On more than one occasion has been expressed the damage caused by bad habit of smoking and ingesting alcoholic beverages, as well as the need for youth to know the damages that can be avoided by not consuming them. The work is one of the aspects that can serve as guidelines for health education, seen from the community context, referring to these practices. We offer some elements that may have been a risk factor, some methods have been used that allowed the Interpretation, selection and adoption of positions related to the topic and the enrichment of the diagnosis. It is the community context given its potentialities, the best space from which to exert influence and offer a group of suggestions.

<sup>1</sup> Licenciada en Educación. Especialidad Educación Preescolar. Instituto Superior Pedagógico José de la Luz y Caballero. Profesora Auxiliar. Profesora de Psicología. Universidad de Las Tunas, Cuba.

<sup>2</sup> Licenciada en Educación. Especialidad Educación Preescolar. Instituto Superior Pedagógico Pepito Tey. Jefa de la Disciplina Formación Pedagógica General de la Carrera de Educación Primaria, Facultad Ciencias de la Educación Básica. Profesora de Anatomía y Fisiología del desarrollo. Profesora Auxiliar. Universidad de Las Tunas, Cuba. E-mail: [canela@ult.edu.cu](mailto:canela@ult.edu.cu)

<sup>3</sup> Licenciada en Enfermería. Profesora Asistente. Jefa de departamento Preparación para la Defensa, Facultad de Ciencias Médicas Juan Marinello Zoilo. Las Tunas, Cuba. E-mail: [mayi@ltu.sld.cu](mailto:mayi@ltu.sld.cu)

KEYWORDS: education; health; alcoholism; smoking; adolescents; context.

## INTRODUCCIÓN

El trabajo conforma una de las aristas que pueden servir de pautas para la educación de la salud en jóvenes y adolescentes vistas desde el contexto comunitario, referidas a la práctica en estas edades tanto de fumar como de ingerir bebidas alcohólicas. Ofrecemos algunos elementos que han podido constituir factor de riesgo en nuestra provincia Las Tunas, donde se ha observado un gradual ascenso en la población esencialmente en estas edades

Es el contexto comunitario dadas sus potencialidades y características, el mejor espacio para desde ahí ejercer una influencia positiva en jóvenes y adolescentes, de hecho la importancia que le concedemos y lugar que aprovechamos para brindar un grupo de sugerencias y orientaciones que pueden ser útiles dada la situación que se presenta en los momentos actuales.

La investigación fue propicia a partir de métodos como el Histórico- lógico, análisis-síntesis, y estudio documental, que permitieron la interpretación, selección y adopción de posiciones relativas al tema y el enriquecimiento del diagnóstico, así como una valiosa información que privilegia la necesidad y pertinencia del problema, además de entrevistas y la Triangulación para arribar a posiciones al respecto y la modelación: en la construcción de las orientaciones para la solución al problema.

## DESARROLLO

Para hablar de educación para la salud hay que partir de conocer ¿qué determinamos cómo salud?, concepto que ha sido trabajado por varios especialistas estudiosos del tema.

Según la Organización Mundial de Salud (OMS) es el estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de enfermedades o afecciones. Dicho concepto ha estado vigente durante todo este período desde que se adoptó el mismo y en el que se ha tenido en cuenta introducir el elemento social como condicionamiento de la salud. Si la salud trasciende la idea de forma de vida sana y se concibe como desarrollo de potencialidades, entonces alcanzar salud para la población se convierte en un propósito que encamina los pasos a seguir y que a diario realizan varias instituciones entre ellas la familia, cuyo impacto influye en la sociedad.

Cuando abordamos el término educación para la salud hay que tener en cuenta que es uno de los recursos con que cuenta la promoción para intervenir en determinados procesos. la educación para la salud es un elemento valioso para fomentar estilos de vida sanos en las nuevas generaciones.

A partir del triunfo revolucionario nuestro gobierno se dio a la tarea de priorizar dos pilares fundamentales: la educación y la salud, a los cuales tuvieron acceso todo el pueblo, con esto se propuso elevar su nivel de salud y bienestar por lo que se requería que la comunidad alcanzara un elevado nivel cultural que le permitiera comprender la importancia y necesidad de cumplir las acciones que en este sentido se diseñaran.

La categoría comunidad tiene carácter histórico social y constituye en la teoría y la práctica un escenario importante en la formación y desarrollo de los adolescentes y jóvenes por lo que se hizo necesario realizar un análisis de las definiciones por diferentes autores, y asumir la que ofrece Fernández Díaz, Argelia (2002:37), quien expresa que comunidad es la organización donde las personas se perciben como una unidad social, comparten un territorio, intereses y necesidades, interactuando entre sí y promoviendo acciones colectivas a favor del crecimiento personal y social, llegan a manifestar sentimientos de pertenencia como expresión de su identidad comunitaria.

En esta concepción del modo de vida comunitario es necesario incluir las condiciones de sus integrantes, en la que cada familia hacen una imagen subjetiva de diversos aspectos de sus condiciones de vida, sus actividades e interrelaciones; y sobre esa base regulan su comportamiento, aunque en la vida familiar hay importantes aspectos que escapan a su control consciente.

El efecto de la influencia que tiene la comunidad sobre la personalidad es lo que la diferencia de otros contextos ya que ofrece las historias, tradiciones y costumbres que elevará cada vez más la cultura de las familias. De ahí que se aproveche como espacio educativo por las interrelaciones que en ella se establecen y que contribuye a la preparación de adolescentes y jóvenes con malos hábitos nocivos perjudiciales para su salud. Esto solo puede lograrse si la comunidad, el modo de vida de las familias, y la incidencia de otros agentes educativos crean condiciones que propicien conductas adecuadas.

La finalidad de este trabajo está en correspondencia con la necesidad de afrontar esta problemática, asumiendo que la educación, como fenómeno social ejerce una influencia decisiva en la formación del ser humano a lo largo de toda su vida y los prepara, tanto para el logro de una incorporación personal y social activa, como para el disfrute y plenitud que deriven de la misma.

De ahí que la importancia de la salud se manifiesta en el empeño sostenido de la comunidad por lograr un estado satisfactorio en cada uno de sus miembros. Esto ha sido expresado en varias oportunidades y reflejado en publicaciones y congresos internacionales. Esto se logra en la medida en que la comunidad sea capaz de interiorizar que ella es el medio más idóneo para transmitir principalmente a los más jóvenes todo el caudal de conocimiento que se posea, partiendo de sus potencialidades, aprovechando los diferentes momentos en que pueden estar juntos compartiendo, ya sea en una conversación agradable, el comentario de un artículo de revista u otro material; así como también aprovechar los momentos informales u ocasionales que puedan tenerse en el ámbito comunitario.

Fue propósito de la investigación ofrecer a la comunidad temas que pudieran trabajarse y tener incidencia en la educación de los adolescentes y jóvenes.

Tema: Conversemos acerca del mal hábito de fumar e ingerir bebidas alcohólicas.

En las valoraciones para incidir sobre los adolescentes y jóvenes acerca del mal hábito de fumar e ingestión de bebidas alcohólicas se tuvo en cuenta la escuela como eslabón esencial, de la que se recibió apoyo dentro de la comunidad; no se obvió el círculo de

amigos con los que se reúnen, así como otros elementos que pudieron ser importantes para poder incidir en la prevención de estos hábitos.

Tema: Conozcamos daños estos hábitos nocivos.

Se utilizó literaturas que sirvieron de apoyo para ejercer su influencia al respecto, no solo en este sentido, sino que también cumplieron una doble función al servir como orientación a los miembros de la familia para abandonar cualquiera de los dos hábitos y poder predicar con el ejemplo; de esta forma puedo hacerse mejores análisis y consideraciones, cuestionando y delimitando los efectos de ambos. Se partió de una información realista, que situó en su término más justo los "efectos reforzantes" de los mismos, haciéndoles ver las creencias erróneas respecto a ellos: sentirse bien, para olvidar los problemas, porque me gusta etc.

Fue importante que conocieran que los efectos nocivos sobre el organismo joven tanto del alcoholismo como del tabaquismo no difieren a los del adulto, y de esa misma forma se hizo que reflexionaran e interiorizaran las repercusiones individuales, familiares y sociales, si tenemos en cuenta que la práctica de estos hábitos a muy temprana edad es la puerta de entrada al consumo de otras sustancias tóxicas.

Tema: ¿Por qué no empezar, y qué trastornos provoca?

Es importante que la familia tuviera conocimientos de que la práctica temprana de estos malos hábitos, induce a:

- La atrofia cerebral difusa que conlleva a una importante disminución de la capacidad intelectual en los niveles de memoria y la atención.
- Provoca trastornos psíquicos severos como es la demencia, paros respiratorios, y hasta la muerte.
- Puede provocar defectos congénitos principalmente en las muchachas que fuman.
- Provoca enfermedades arteriales.
- Diabetes mellitus.
- Tumores malignos; además, su incidencia directa va a ser en algunos órganos como es el hígado, los pulmones, las vías respiratorias entre otras vitales para el funcionamiento adecuado del organismo.
- De las sustancias químicas identificadas en el humo del cigarro un gran porcentaje de ellas poseen efectos carcinógenos y otras están relacionadas con enfermedades cardiovasculares, por tanto es prudente que se conozca que al practicar este mal hábito no solo se afecta el que lo hace sino que también trae consecuencias negativas para los que se convierten en fumadores pasivos

La familia conoció que si su hijo practica desde temprana edad estos malos hábitos corre el riesgo de adquirir una de las enfermedades relacionadas anteriormente, en la comunidad pueden darles un buen ejemplo si no fuman. La educación desde la comunidad con respecto a la salud es una de las tareas más importantes a realizar en

ese contexto donde es oportuno aprovechar todo momento propicio, de ella depende que estos malos hábitos no se proliferen.

Tema: ¿Cómo educar todo lo relacionado con la educación de la salud desde el contexto comunitario?

- Manteniendo una fuerte relación de amor, confianza y comunicación con los adolescentes y jóvenes.
- Incorporándolos a todas las actividades sanas que se realicen en la comunidad.
- Enseñándolos a conocer y diferenciar lo bueno y lo malo, principalmente lo relacionado con estos y otros malos hábitos.
- Aprender a escuchar a los más adultos y experimentados.
- Reforzar desde el contexto familiar los valores propios de nuestra sociedad.
- Enseñarlos a tomar decisiones propias y a tener motivos fuertes para decir que “no”.

Algo importante que se sugirió tener en cuenta al tomar medidas en el contexto familiar es que debe existir coherencia en las decisiones que se tomen., los hijos deben observar firmeza en los padres al respecto; pues muchos creen que hacen más felices a sus hijos cuando los complacen y es un error, ya que a lo largo de la vida aparecen muchas situaciones y entonces, no saben cómo afrontarlas, los padres principalmente deben saber cuando sus acciones pueden o no afectar el desarrollo de ellos, la experiencia dice que se copia lo que se ve como patrón, de hecho si los padres fuman los hijos tienen más probabilidades de convertirse en fumadores, de igual forma si en su contexto familiar toman con frecuencia. Muchos padres hacen algunas cosas sin pensar en lo que significan, pero si quieren transmitir a sus hijos el mensaje correcto, deben ser precavidos ante determinadas conductas.

¿Por qué justificar que el solo hecho de una fiesta es motivo para la ingestión de bebidas alcohólicas?

¿Por qué permitir que desde temprana edad el niño o el adolescente nos enciendan un cigarro o pruebe un sorbito de ron?

Cuando la familia se haga estas reflexiones estará en condiciones de saber hasta dónde ha sido responsable con la educación de ese adolescente y joven en cuanto a los malos hábitos adquiridos.

## CONCLUSIONES

Es el contexto comunitario dado sus potencialidades y características, el mejor espacio para desde ahí ejercer una influencia positiva y brindar un grupo de sugerencias que pueden ser útiles dada la situación en los momentos actuales en jóvenes y adolescentes. De forma general es en la comunidad con ayuda de la familia donde se puede detectar y prevenir más tempranamente estos malos hábitos, conocer que tanto en los jóvenes como en los adolescentes se producen etapas que van desde la negación y justificación, hasta el rechazo, lo que hace que se afecte la familia, ya que

en cierta medida se desestabiliza y no busca las mejores formas para una posible solución.

#### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Almaguer, R. y otros (2001). Cuaderno de trabajo. Comunidad y desarrollo. Teoría práctica de nuestros días. Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales. Flacso. La Habana. Cuba.

Área, G. (1999). "Educación, desarrollo evaluación y diagnóstico desde el enfoque histórico cultural". La Habana. Editorial Pueblo y Educación.

Arés, P. (1990). Mi familia es así. Investigación psicosocial. La Habana. Editorial Ciencias Sociales. Cuba.

Blanco, A. (2001). Introducción a la sociología de la educación. La Habana. Editorial Pueblo y Educación. Cuba.

Colectivo de autores. (2000). Educación para la salud en la Escuela. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.

Martínez, C. (2003). Salud familiar. La Habana. Editorial Científico Técnica.