

Promoción de salud y prevención de adicciones en adolescentes mediante la actividad física y el arte

Proyecto Faro

Gabriel Tarducci (AEIEF IdHICS FAHCE CONICET, Seminario de Actividad física para la salud, FAHCE UNLP)
gtarducci@hotmail.com

Gabriela Butler Tau (Cátedra de Teoría de la práctica artística, FBA UNLP)
gabrielabutler@hotmail.com

Sofía Gárgano (AEIEF IdHICS FAHCE CONICET, CIC Prov. de Buenos Aires)
gargano.sofia@gmail.com

Agustina Gandini (AEIEF IdHICS FAHCE CONICET)
agusgandini11@gmail.com

Gustavo Lencina (Cátedra de Teoría de la práctica artística, FBA UNLP)
guslenc@gmail.com

Rosa Biera (AEIEF IdHICS FAHCE CONICET)
Rosy_biera@hotmail.com

Mara Valle (AEIEF IdHICS FAHCE CONICET)
maravalle_13@hotmail.com

Patricia Ciocchini (Cátedra de Teoría de la práctica artística, FBA UNLP)
patriciaciocchini@hotmail.com

Teresa Inés Olmedo (AEIEF IdHICS FAHCE CONICET)
teresita_olmedo@hotmail.com

María Eugenia Villa (CICES IdHICS FAHCE CONICET)
qkvilla@hotmail.com

Lorena Berdula (AEIEF IdHICS FAHCE CONICET)
profaberdula@hotmail.com

Hernán Díaz (FUNDADEPS, UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID)
heraldi@yahoo.com

Gerardo Sánchez (Cátedra de Teoría de la práctica artística, FBA UNLP)
gas_ol@yahoo.com.ar

Resumen

El Proyecto Faro se lleva a cabo a mediante la Cátedra de Teoría de la práctica artística de la Facultad de Bellas Artes y la Cátedra Seminario de actividad física para la salud de la facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación de la

UNLP. Mediante este proyecto se desarrollaron guías de promoción de salud y prevención de adicciones destinadas a adolescentes para ser utilizadas a nivel escolar y extraescolar. Objetivo: Potenciar la salud con especial énfasis en la prevención de adicciones a través del arte y la actividad física en jóvenes adolescentes, disminuyendo el riesgo de adquirir hábitos no saludables. Metodología: Intervención por medio de talleres con carácter de encuentros sistemáticos en grupos de jóvenes en diferentes ámbitos, utilizando las guías mencionadas. Discusión: Las intervenciones multidisciplinarias que incluyen a la Educación Física y el arte, han demostrado tener gran aceptación por parte de alumnos, docentes y padres, y potencialmente son una estrategia válida para promover salud en estos grupos poblacionales.

Palabras clave

Promoción de salud, educación para la salud, arte, actividad física, adolescentes.

Introducción

El Proyecto se ejecutará a través de un grupo interdisciplinario formado por la Cátedra de Teoría de la práctica artística de la Facultad de Bellas Artes y la Cátedra Seminario de actividad física para la salud de la facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación de la UNLP.

En el presente, las familias de la región viven una situación angustiosa debido a que conviven una serie de factores convergentes como son la alta exposición a sustancias tóxicas como el alcohol, el tabaco y las drogas ilegales, la falta de controles, el mercado ilegal, la crisis de la familia como institución, el problema de padres que se ven desbordados por la situación económica y social, entre otras. Todo ello, configura un cuadro que supone un alto riesgo para la salud de los niños y jóvenes.

Tradicionalmente cuando hablamos de salud solemos pensar sobre todo en las cuestiones físicas. Pero la salud es mucho más que eso, según la Organización Mundial de la Salud “la salud es el estado de bienestar físico, psíquico y social y no solamente la ausencia de enfermedades” (OMS, 1948). En este contexto, entendiendo a la salud integralmente y en relación a la calidad de vida, es que se formuló el Proyecto Faro. Durante el año 2013 se confeccionaron guías de promoción de salud y prevención de adicciones destinadas a adolescentes, con el fin de ser utilizadas en programas de intervención comunitaria a nivel escolar y extraescolar. Estos materiales didácticos persiguen mejorar las herramientas y estrategias disponibles para docentes, padres y jóvenes en relación a la salud. De esta manera, las guías publicadas por el proyecto Faro tienen diferentes destinatarios: 1) Guía para padres de adolescentes (Tarducci y cols., 2014), teniendo en cuenta que los hijos adolescentes se encuentran en una etapa de cambios críticos y como padres es fundamental comprender y acompañar en ese camino; 2) Guía saludable para el adolescente(Tarducci y cols., 2014), destinada a la promoción de salud de adolescentes con énfasis en la vida activa y la práctica artística como medios para hábitos saludables; 3) Guía para el docente(Butler Tau y cols., 2014), contextualizando sus prácticas, ya que el docente se enfrenta diariamente con situaciones vinculadas a conductas adictivas y requiere de estrategias didácticas y pedagógicas para afrontarlo; 4)Guía de promoción de actividad física saludable destinada a población general(Tarducci y cols., 2014), provee al lector recomendaciones prácticas e información sobre los beneficios de la práctica de actividad física para la salud; 5) Historieta “Demasiado bella”(Butler Tau y cols., 2014), pensada para adolescentes, narra historias de la vida real ligadas a la conflictividad.

También durante el año 2014 se desarrollaron juegos de mesa diseñados para jóvenes con el fin de promover actividad física, vida activa, arte y salud. Este set de juegos se suma a las guías antes mencionadas para formar un “Banco de Recursos” destinados a la promoción de la salud y la prevención de enfermedades.Estos juegos son: Camino al faro, Hasta las manos, Escalando el Aconcagua, Juego de naipes, En búsqueda de la salud.

Objetivo:

Potenciar la salud con especial énfasis en la prevención de adicciones a través del arte y la actividad física en jóvenes adolescentes, disminuyendo el riesgo de adquirir hábitos no saludables.

Objetivos específicos:

- Incrementar la disponibilidad de herramientas didáctico-pedagógicas para trabajar con alumnos en promoción de la salud a través de la actividad física y el arte.
- Incrementar las habilidades docentes para afrontar la problemática de la adolescencia en situación de riesgo.
- Favorecer la relación padre-hijo mediante el fortalecimiento de vínculos mediados por el arte y la actividad física.
- Aumentar el nivel de actividad física saludable entre los adolescentes.
- Incrementar el interés de los jóvenes por diferentes expresiones artísticas.
- Influir positivamente sobre las concepciones y creencias que poseen los jóvenes, padres y docentes acerca de las adicciones y las conductas de riesgo.
- Mejorar la resolución de conflictos mediante la práctica de actividad física saludable y la expresión artística.

Metodología de trabajo

Se desarrollaron una serie de encuentros sistemáticos con grupos de jóvenes en diferentes ámbitos, en distintas zonas de la ciudad de La Plata y de la región. Estos encuentros tuvieron la dinámica de taller participativo multidisciplinario con acciones docentes en las áreas de educación física y arte. Dichos talleres tuvieron una duración de entre 8 y 10 encuentros sistemáticos a razón de uno por semana.

Se formaron equipos de trabajo mixto con integrantes de ambas facultades. Las actividades se planificaron con los siguientes criterios:

- Debían basarse en los contenidos de las Guías para padres, para adolescentes, para docentes y de promoción de actividad física, publicadas por el grupo Faro en 2014.
- Las actividades debían integrar conocimientos, prácticas y contenidos de actividad física y arte simultáneamente.
- El consumo de sustancias adictivas prohibidas y/o legales, así como otras conductas adictivas, son nocivas para la salud a todos los niveles.

Evaluación del proyecto

Se llevó a cabo una evaluación de “Proceso” con la intervención de las áreas de antropología, psicología, educación física, arte y psicología social. En proyectos comunitarios de mediana y larga duración, las evaluaciones de proceso son importantes porque permiten mejorar las estrategias y las acciones para lograr los resultados. En el caso del presente proyecto la evaluación del proceso permitió mejorar el diseño de los talleres, la integración entre las áreas de educación física y artística, ajustar el discurso mediante acuerdos interdisciplinarios.

En nuestro país, son muy escasos los proyectos de intervención de promoción de la salud a nivel escolar que contengan evaluación del propio proyecto. Esto le da valor a la presente comunicación.

Discusión final

Las intervenciones multidisciplinarias que incluyan a la Educación Física y el arte, han demostrado tener gran aceptación por parte de alumnos, docentes y padres. Los talleres, cuando se realizan con el apoyo de directivos y docentes de las escuelas, producen efectos positivos en la relación de los jóvenes con el arte y la actividad física.

El apoyo de las autoridades escolares es clave en el éxito del Proyecto de promoción de la salud.

Los padres no se involucran activamente en el proyecto. La participación de padres de adolescentes fue escasa y podría reflejar un cierto desinterés por las actividades de sus hijos en el ámbito escolar, como lo demuestra el hecho de que no participan en las reuniones citadas por docentes.

Es altamente valioso que la Educación Física y el Arte trabajen juntos en la promoción de la salud a nivel escolar y extraescolar.

Bibliografía

Butler Tau G, Tarducci G, González M, Pugni Reta ME y otros. (2014). Guía para el docente. Editorial EDULP. ISBN: 978-987-1985-38-8.

Butler Tau G, Tarducci G, Lencina G, Díaz H y otros. (2014). Historieta “Demasiado bella”. Editorial EDULP. ISBN: 978-987-1985-37-1.

Organización Mundial de la Salud. (1948). Recuperado de: <http://www.who.int/suggestions/faq/es/>.

Tarducci G, Butler Tau G, Rodriguez P, Morea G, Lencina G y otros. (2014). Guía para padres de adolescentes. Editorial EDULP. ISBN: 978-987-1985-40-1.

Tarducci G, Butler Tau G, Paganini A, Morea G, Lencina G y otros. (2014). Guía saludable para el adolescente. Editorial EDULP. ISBN: 978-987-1985-41-8.

Tarducci, G, Butler Tau G, Paganini A, Morea G y otros. (2014). Guía de promoción de actividad física saludable. Editorial EDULP. ISBN: 978-987-1985-39-5.