

Comunicación educativa y hábitos de vida saludable en los jóvenes universitarios

Educational communication and healthy living habits in the young university students

Arely Beatriz Ascuy-Morales*

arely@unica.cu

Roeldys González-Laffita

roeldys.gonzalez@cav.jovenclub.cu

Joven Club de Ciego de Ávila, Cuba.

Katya Roldán-Contreras*

katya@sma.unica.cu

*Universidad de Ciego de Ávila Máximo Gómez Báez, Cuba.

Resumen

En la Universidad de Ciego de Ávila desde el 2005 se trabaja para promover actitudes y prácticas responsables ante la sexualidad y las toxicomanías, a través del desarrollo de estrategias de comunicación que se sustenten en la intervención sociopsicológica. No se han alcanzado los resultados esperados, solo discretos avances. Lo que motivó a desarrollar un proceso de investigación acción participación con el fin de implementar una estrategia de comunicación educativa desde la promoción de salud, que propicie el desarrollo de actitudes responsables ante los hábitos de vida no saludables modificables: alcoholismo, tabaquismo y sexualidad irresponsable, en los jóvenes a partir del análisis y la reflexión desde lo individual en un grupo de estudiantes líderes en la comunidad universitaria.

Palabras clave: actitud, adicciones, comunicación educativa, responsabilidad, sexualidad

Abstract

Even though, in the school year 2005/2006, a program of Health Communicative Education at the University of Ciego the Avila is implemented to promote responsible attitudes and behavior of the university population towards sexuality and drug addiction through the development of communicative strategies based on social and psychological interventions in a group of individuals from campus, only discrete advances have been achieved. Therefore, an action participation research was carried out to implement a strategy of educational communication from health promotion to propitiate the development of responsible attitudes towards non healthy

changing life styles such as drinking, smoking and sexuality in young people based on individual analysis and reflection in a group of leading university students.

Key words: attitudes, addictions, responsibility, educational communication, sexuality

Introducción

Los significados mayormente compartidos acerca de la universidad como contexto educativo, tanto por quienes están dentro, como por los que la miran desde fuera, se organizan alrededor de su misión, basada en la formación de profesionales de las más disímiles especialidades de la ciencia y la técnica. En esta representación social, muchas veces se alcanza a divisar la relación formación profesional-desarrollo humano, pero no siempre se valoran en todas sus dimensiones las potencialidades del contexto universitario como oportunidad de promoción de salud y de prevención de riesgos en función del bienestar y la calidad de vida de los jóvenes y adultos que se desenvuelven en el mismo.

Por otro lado, con el ingreso al contexto universitario los jóvenes acceden a nuevas oportunidades no sólo educativas propiamente dichas, sino también a oportunidades de mayor libertad y desprendimiento del control familiar, que también se les conoce como “oportunidades de placer”, aludiendo a las nuevas posibilidades de entrar y salir libremente al contexto universitario, con escasos límites de tiempo, frecuentar nuevos lugares, compartir con las personas que individualmente se elige, vivir nuevas experiencias y adquirir y/o modificar hábitos de comportamiento.

En la Universidad de Ciego de Ávila Máximo Gómez Báez (UNICA) se ha trabajado el tema de promoción de hábitos de vida saludable desde el curso 2004-2005, iniciándose con un diagnóstico que utiliza como técnicas de investigación la encuesta del tipo de estudio CAP (conocimientos, actitudes y prácticas) y se enriquece con la técnica de Grupo de discusión y la observación.

Este primer acercamiento a la problemática se hace desde la sexualidad y la prevención de la transmisión de infecciones por vía sexual, fundamentalmente el VIH/sida. Los principales resultados de la fase inicial del diagnóstico son: los miembros de la comunidad de estudiantes de la UNICA tienen una baja percepción del riesgo para contraer una ITS, cambio frecuente de pareja, uso inadecuado del preservativo, inaccesibilidad de adquisición y deficiente negociación

con respecto a la práctica de relaciones sexuales protegidas, lo que generó la elaboración de un programa de comunicación educativa en salud, dirigido a que en la población diana se promueva un comportamiento responsable ante las ITS, el VIH y el sida, por lo que el objetivo general es: Promover en los y las jóvenes de la Universidad de Ciego de Ávila un comportamiento responsable ante las ITS, el VIH y el sida, quedando comprometido para ello los demás miembros de la comunidad a través de la puesta en práctica del programa.

En el programa, cuando fue concebido (2005), se estableció que su implementación se extendería por cuatro años, mientras que los beneficios esperados se centraron en: mantener los índices actuales de morbilidad de estas infecciones en la comunidad universitaria; estimular el uso responsable del preservativo en las relaciones sexuales de las y los jóvenes; promover las relaciones estables de parejas. Los beneficios percibidos son: comportamiento responsable ante las ITS, el VIH y el sida en las relaciones sexuales y los servicios brindados: materiales educativos elaborados y los retomados ya existentes, las actividades educativas, las consultorías y puntos seguros.

Este programa fue evaluado en el curso 2008-2009, una vez implementado durante cuatro años. Los resultados de dicha evaluación se centraron en: no todas actividades propuestas por el programa se pusieron en práctica, las que se lograron desarrollar fueron: la creación de la página *web UNICAsida* y las jornadas de sexualidad, que se realizan en el marco de la celebración del 1ro de diciembre.

Existe el servicio de consultoría en la Subdirección Educativa de la Residencia Estudiantil y un punto seguro donde se expenden gratuitamente los preservativos, sin embargo los estudiantes desconocen la existencia de estos servicios o más bien no los identifican como tal, en tanto sí acuden a buscar condones; hasta la fecha de la evaluación se habían entregado un total de 4896 unidades y se efectuaron quince consejerías.

Por parte de la Federación Estudiantil Universitaria (FEU), se realizan actividades de prevención y se organizan conferencias por lo general en los turnos de reflexión grupal. Un éxito importante tuvo la impartición de la asignatura Sexualidad y Estilos de Vida, que al decir de los propios estudiantes les ha brindado conocimientos, a la vez que los motiva a un cambio de comportamiento hacia una sexualidad responsable.

Este proyecto se sigue desarrollando, se enriquece, pues se incluyen acciones relacionadas con la sexualidad en general y sobre todo con la responsabilidad ante esta, se realizan estudios de género y de violencia en la comunidad universitaria. Vuelve a ser evaluado en el año 2013, encontrando las siguientes regularidades:

- En cuanto al género se puede plantear que se manifiesta una posición tradicionalista con características preestablecidas, discriminatorias y estereotipadas para hombres y mujeres.
- Se manifiesta un predominio de la cultura patriarcal en las percepciones, comportamientos y actitudes con respecto a la diversidad sexual.
- Se demuestra un aumento de conocimientos con respecto a las ITS/VIH/sida, aunque aún existen conocimientos errados que los conducen a manifestar actitudes y prácticas irresponsables con respecto a la sexualidad.

A pesar de todo este trabajo previo y de ser estas temáticas prioritarias en las estrategias educativas del año, observaciones realizadas recientemente en varias áreas del centro dieron como resultado la visualización de un incremento en el número de jóvenes fumadores, sobre todo en los jóvenes de los primeros años de las diferentes carreras. Se pudieron observar también algunos patrones de comportamiento relacionados con la pérdida de valores, sobre todo la responsabilidad, la cortesía y otros; existe evidencia de consumo de bebidas alcohólicas en actividades de la FEU realizadas dentro de la comunidad universitaria así como comportamiento irresponsable de los jóvenes ante la protección en las relaciones sexuales. De igual modo se corroboró la escasa presencia de materiales comunicativos como carteles e información en la red sobre temáticas relacionadas con la prevención y la formación de valores.

El panorama antes descrito denota que no es suficiente con los programas y estrategias propuestos por investigaciones anteriores, puesto que además de ser pocos respecto a la magnitud de la problemática, y no haber sido puestos en práctica cabalmente, estos no forman parte de un sistema o estrategia y no han logrado motivar y comprometer a todos los jóvenes para optar por un estilo de vida saludable.

El objetivo de la investigación se fijó en actualizar el diseño de la estrategia de comunicación educativa desde la promoción de salud que desarrolle actitudes responsables ante el alcoholismo, el tabaquismo y la sexualidad irresponsable en los jóvenes de la UNICA, a partir de su

implementación; para ello se han integrado resultados científicos actualizados sobre el tema (Fernández, 2017; Rego, 2016; González, 2015, 2012).

Desarrollo

En la investigación se trabaja la promoción de salud desde la extensión universitaria, por lo que se realiza un análisis de sus tendencias históricas en el proceso de extensión universitaria, teniendo en cuenta dos indicadores: las concepciones sobre la promoción de salud y la planeación estratégica de este proceso. Este análisis histórico tendencial tuvo como resultados que:

- Las concepciones sobre la promoción de salud se han manifestado desde un escaso tratamiento de la misma en la extensión universitaria, sin formar parte de su gestión, hasta convertirse en una de las líneas rectoras de su trabajo.
- La planeación estratégica de la promoción de salud ha transitado desde su propia inexistencia, hasta el surgimiento de programas nacionales de promoción de salud referidos a temas como la prevención de adicciones, de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS), el VIH-sida y la tuberculosis para las universidades, con accionar desde la extensión universitaria.

Esto permite afirmar que en la actualidad la promoción de salud forma parte de la labor extensionista de todos los Centros de Educación Superior (CES) cubanos; y como tal se hacen eco de varios programas, estrategias y campañas nacionales sobre temáticas referidas a la prevención de adicciones como el alcoholismo y el tabaquismo, prevención de las ITS, VIH-sida y de la tuberculosis; además de aplicar otros que fueron creados propiamente para los CES en sí. Entre estos programas se encuentran:

- Programa Nacional de Educación Sexual dirigido por el Centro Nacional Educación Sexual.
- Plan Estratégico Nacional ITS/VIH/sida rectorado por el Ministerio de Salud Pública.
- Programa de Prevención de ITS/VIH/sida del Ministerio de Educación Superior.
- Programa de Prevención de ITS/VIH/sida del Fondo Mundial-PNUD-Cuba-MES.

Desde el curso 2002-2003 el Ministerio de Educación Superior y todas sus dependencias han trabajado sistemáticamente para mantener a la población universitaria libre del uso indebido de sustancias psicoactivas, como parte de la educación en concepciones y hábitos saludables de vida, uno de los objetivos estratégicos de la formación integral.

También la extensión universitaria en los CES es la encargada de velar por el cumplimiento de las acciones correspondientes a cada programa nacional, estrategia y campaña nacional que tiene dentro de su radio de acción a la universidad. La Comisión Nacional de Drogas, en su Programa Nacional Integral de prevención del uso indebido de sustancias psicoactivas, responsabiliza al MES con la creación de una comisión de trabajo para las actividades de prevención en este nivel de educación.

En este sentido, desde el año 2003 este ministerio ha concebido un *Plan de Acciones para la Prevención y Enfrentamiento del Uso Indebido de Sustancias Psicoactivas* que cada curso académico se actualiza y perfecciona. El objetivo general de este programa es mantener a la población universitaria cubana libre del uso indebido de drogas, mediante la realización de acciones sistemáticas, coordinadas e interrelacionadas, dirigidas a elevar la calidad de vida del individuo y de la sociedad en general; lograr que esté informada sobre el tema y tenga plena conciencia de sus terribles consecuencias.

De igual modo existen otros elementos que caracterizan la promoción de salud desde la extensión universitaria como son el desarrollo de acciones educativas en las estrategias educativas de año, que no siempre se cumplen con la calidad y sistematicidad necesaria; por otra parte la promoción de salud ha sido objeto de diversas investigaciones de pre y postgrado, de las cuales han resultado estrategias, planes de acciones, entre otros, para potenciar el trabajo preventivo en las universidades desde la extensión universitaria, pero los resultados de la aplicación de estas no han sido los esperados, pues aún se evidencian manifestaciones que lo corroboran.

Partiendo de las insuficiencias que aún perduran se decide desarrollar una nueva investigación, sostenida en el paradigma sociocrítico, se asumió como método la *investigación-acción-participación*, a fin de contribuir a desarrollar actitudes responsables ante determinados hábitos de vida no saludables modificables en lo jóvenes, donde los sujetos sean capaces de identificar su problemática e incidir ellos mismos en la proposición de posibles soluciones.

El primer paso fue establecer como categorías de análisis las actitudes responsables ante los hábitos de vida no saludables modificables: alcoholismo, tabaquismo y sexualidad irresponsable. Definiéndose como la disposición que tienen los estudiantes de la UNICA a favor o en contra de los hábitos de vida no saludables modificables: alcoholismo, tabaquismo, sexualidad irresponsable, determinada por componentes cognitivos, afectivos y conductuales. Esto permitió

desarrollar un primer cuestionario tipo CAP que se aplicó a una muestra conformada por 290 estudiantes entre 1ro. a 3er año y dividida en 25 estratos que corresponden a las 25 carreras que componen el Curso Regular Diurno de la UNICA. Dentro de la muestra se encuentran 20 jóvenes de otras nacionalidades.

Los resultados de este diagnóstico mostraron que los jóvenes de la UNICA poseen un alto nivel de conocimiento sobre el alcoholismo, el tabaquismo y la sexualidad, así como de las consecuencias que actitudes y comportamientos irresponsables pueden provocar, lo que no quiere decir que tengan una alta percepción de riesgo, pues de igual modo a este alto nivel de conocimientos se unen las representaciones sociales marcadas por creencias que hacen que piensen que las consecuencias de los hábitos de vida no saludables nunca los afectará. De igual forma este alto nivel de conocimientos no siempre se corresponde con las acciones y las conductas que asumen, tampoco poseen una alta percepción de riesgo sobre determinado hábito de vida no saludable modificable, ni quiere decir que se tengan actitudes responsables ante los mismos.

Una vez realizado el diagnóstico se presentaron sus resultados al grupo de investigación-acción-participación (GIAP), que se constituyó con los miembros del Consejo FEU de la UNICA compuesto por 12 miembros entre los que se encuentran los siete presidentes de las facultades.

A partir de aquí se desarrollaron varias sesiones de trabajo que iniciaron con la devolución de los resultados del diagnóstico al consejo de la FEU a fin de propiciar un debate y toma de conciencia de la problemática existente, seguido por varias discusiones grupales que se desarrollaron con el uso de diferentes técnicas de trabajo en grupo.

El GIAP identificó y asumió que en los últimos cursos ha habido un incremento en la cantidad de jóvenes que fuman en la comunidad universitaria, al igual que se sigue apreciando la ingestión de bebidas alcohólicas en las actividades organizadas por la FEU dentro y fuera de la universidad. Reconocieron además, la existencia de una tendencia al cambio frecuente de pareja, a tener relaciones sexuales desprotegidas, incluso se reconocen algunos otros comportamientos que si bien no son objeto de análisis en este estudio, sí ponen un punto rojo en acciones que se deben acometer de manera inmediata, algunos de los planteamientos recogidos fueron:

“Creo que los jóvenes de la UNICA están marcados por una tendencia consumista proveniente de determinados patrones que se están dando en la sociedad, patrones que

provenientes de otros lugares están teniendo incidencia en el comportamiento de los jóvenes. Ejemplo de esto es la forma de vestir, de hablar con un lenguaje a veces inapropiado y sobre todo el aumento en los jóvenes de malos hábitos como el de fumar, que incluso está teniendo un aumento en las mujeres”

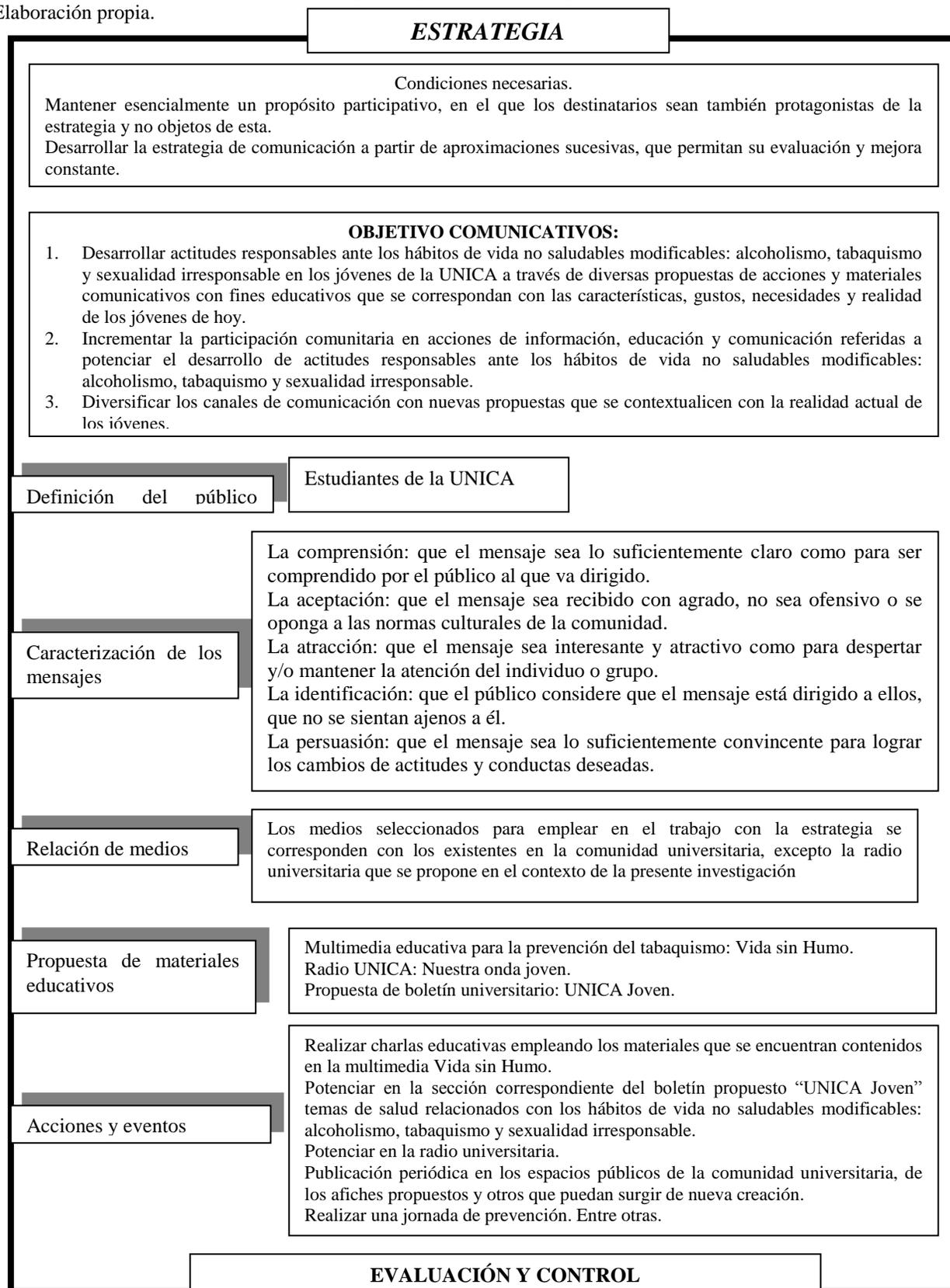
“Sobre todo en la población masculina de la UNICA, considero que hay una fuerte tendencia al machismo, marcada por determinados estereotipos sociales como el que plantea que el hombre mientras más mujeres tenga más hombre es. Sin embargo sí pienso que aunque existe cambio frecuente de parejas, los jóvenes están teniendo un poco más de cuidado en la protección, pues llevan consigo preservativos, lo que no quiere decir que el día que falte pues no se usa”.

“Para mitigar todo este flagelo que suponen los hábitos de vida no saludables modificables, se hace necesario llegar al joven de una forma diferente y empleando los medios actualizados a los que hoy tenemos acceso; y se me ocurre que se haga por medio de una radio universitaria, a través de materiales audiovisuales en la intranet universitaria, entre otros, pero siempre rompiendo esquemas porque la juventud de hoy posee características propias adquiridas por una sociedad en la que ya no es suficiente la charla educativa”

Otra de las técnicas aplicadas en el marco de las sesiones de trabajo con el GIAP fue “el árbol del problema”, aquí, a través de una lluvia de ideas se determinaron las principales necesidades educativas sentidas y percibidas por los jóvenes. En el análisis realizado se distinguió el problema fundamental que fue colocado en el tronco del árbol, en las raíces sus posibles causas y en la copa del árbol se proponen alternativas con que cuenta la comunidad para darle solución desde sus propios recursos y potencialidades, propiciando un autodesarrollo.

Esto les permitió ir delimitando la estrategia a seguir tal y como aparece en la figura 1. Una vez construida la estrategia, teniendo en cuenta las propuestas realizadas por el GIAP, se sometió a análisis y evaluación por este y el departamento de Extensión Universitaria.

Figura 1: Estrategia de comunicación educativa para desarrollar actitudes responsables ante los hábitos de vida no saludables modificables: alcoholismo, tabaquismo y sexualidad irresponsable, en los jóvenes de la UNICA. Fuente: Elaboración propia.



La evaluación de la estrategia se realizó en la última sesión de trabajo con el GIAP, y para ello con anterioridad se les hizo llegar a los miembros del grupo el documento que contenía la estrategia, para que en la sesión de trabajo la comunicación fluyera con dominio de todos los elementos que la conforman.

Los resultados fueron los siguientes: consideraron que la estrategia podía aplicarse como estaba, 11 miembros del GIAP, para un 92%, en tanto que uno (representa el 8%) consideró como opción la necesidad de modificar algunos elementos, planteando: “Revisar el empleo del color en algunos diseños de los materiales educativos, pues a veces se emplean sombras de color rojo sobre un fondo azul y esto rompe con la tonalidad clara que tiene el diseño y por ende con la idea que se quiere transmitir” . Como respuesta a esta sugerencia fueron revisados minuciosamente los materiales y subsanado el detalle detectado por el sujeto.

Atendiendo a la fuerte implicación que tiene la Dirección de Extensión Universitaria en la implementación de la estrategia propuesta, se decidió realizar una sesión de trabajo con sus miembros para socializar los resultados de la investigación y evaluar la estrategia propuesta.

En la sesión de trabajo, luego de realizada la técnica de presentación, se procedió a exponer los resultados de la investigación y los contenidos de la estrategia. Posteriormente comenzó el debate guiado por un análisis DAFO de la estrategia, del cual se obtuvieron las siguientes aseveraciones:

“Realmente pensé que era un trabajo más que buscaba un aval de extensión universitaria, pero al ver la profundidad del análisis en la investigación, lo amplia y a la vez precisa de la misma, así como su esencia aterrizada a las condiciones y realidad actual, considero que es un trabajo súper importante y cuenta desde ya con el apoyo de la Dirección de Extensión Universitaria, pues las acciones que se proponen en la estrategias son en esencia extensionistas y contribuyen a fomentar la disminución de tres problemas serios de salud que afecta a nuestros jóvenes universitarios en la actualidad”

“Los contenidos de esta estrategia, es decir los materiales educativos y las acciones que en ellas se proponen tienen luz verde para insertarse en los proyectos educativos integrales de todas las brigadas de la universidad, lo que constituye una oportunidad de la estrategia, pues así los materiales educativos que ella contiene pueden contribuir desde espacios más íntimos y de debate, con el desarrollo de actitudes responsables ante los hábitos de vida no saludables modificables”

“Debilidades no le visualizo ninguna, quizás amenazas, pues a veces el factor económico puede incidir negativamente en el desarrollo de este tipo de trabajo, y más en un centro que es presupuestado, pero ahí sale a relucir una gran fortaleza de la estrategia, y es que está diseñada de forma tal, que el principal material y recurso que se necesita para su implementación, es el humano”

“Aunque algunas acciones llevan un respaldo económico que debe ser considerado por el presupuesto, hay otras acciones que no tienen que esperar al próximo curso para ser implementadas, así de esa forma se contribuye a preparar el terreno para la aplicación de la estrategia en general”

Sobre estos criterios giraron las opiniones de los profesores que conforman la Dirección de Extensión Universitaria, quienes además hicieron sugerencias dirigidas hacia elementos de diseño de algunos materiales como el identificador visual de la radio universitaria propuesta, sobre el cual se sugirió que se pensara en el color verde, toda vez que es el color que identifica a la UNICA según el manual de identidad de este Centro de Educación Superior. Tal sugerencia fue atendida y por ende se procedió a realizar la modificación.

Lo que se valoró con más fuerza por la dirección de Extensión Universitaria y el consejo de la FEU es el hecho de que la estrategia tenga como condiciones necesarias y permanentes el principio de la participación de los destinatarios y que estos sean también sus protagonistas y no objetos de esta, por lo que el desarrollo de la estrategia de comunicación se realiza a partir de aproximaciones sucesivas, que permitan su evaluación y mejora constante de lo cual es responsable el grupo de seguimiento formado por la dirección de extensión universitaria y el consejo de la FEU.

Conclusiones

No todos los jóvenes de la UNICA poseen actitudes responsables ante los hábitos de vida no saludables modificables: alcoholismo, tabaquismo y sexualidad irresponsable, evidenciado en la incongruencia existente entre las dimensiones cognitivas, afectivas y conductual de dichas actitudes, quedando demostrado en la diferencia entre la forma de comportarse ante los hábitos de vida no saludables modificables y el nivel de conocimiento ante las consecuencias de estos hábitos.

La estrategia de comunicación educativa para desarrollar actitudes responsables ante los hábitos de vida no saludables modificables: alcoholismo, tabaquismo y sexualidad irresponsable, en los jóvenes de la UNICA, así como los materiales y acciones que se

proponen en la misma, surgieron en el contexto de la investigación a partir de las necesidades identificadas y las propuestas realizadas por los miembros del GIAP en las diferentes sesiones de trabajo, luego de profundos debates y análisis de la situación actual de la problemática.

La estrategia de comunicación educativa surgida en el contexto de la investigación, fue evaluada siguiendo las pautas de la investigación-acción-participación, a través de un análisis DAFO en una sesión de trabajo con el grupo gestor y la dirección de Extensión Universitaria, donde se resaltó el hecho de que la estrategia tenga como condiciones necesarias y permanentes el principio de la participación de los destinatarios y que estos sean también sus protagonistas y no objetos de esta, así como la posibilidad de desarrollarla a partir de aproximaciones sucesivas, que permitan su evaluación y mejora constante.

Referencias bibliográficas

- Ascu, A. B., Betancourt, Y. A., Rivero, I., Alarcón, S., López, N., Hernández, Y. & Rego, N. (2013). *Estilos de Vida Saludables y Responsabilidad ante las ITS, el VIH y el SIDA en la comunidad universitaria*. Informe del proyecto de investigación Juventud: sexualidad y género en el contexto universitario. Universidad de Ciego de Ávila Máximo Gómez Báez. (Material inédito).
- Fernández, E. (2017) *Estrategia psicoeducativa para la prevención de alcohol en estudiantes universitarios*. Tesis Doctoral. Universidad Central Martha Abreu de Las Villas.
- González, R. (2015). *Estrategia de Comunicación Educativa para desarrollar actitudes responsables ante el alcoholismo, el tabaquismo y la sexualidad, en los jóvenes de la UNICA*. Tesis de maestría. Universidad de Ciego de Ávila Máximo Gómez Báez.
- González, R. (2012). *Misión: Rescate de Adictos*. La Habana: Ediciones de Abril.
- Rego, N. (2016) *Sistema de acciones psicoeducativas para contribuir a la prevención del consumo de alcohol en los estudiantes de la Universidad de Ciego de Ávila Máximo Gómez Báez*. Tesis de maestría. Universidad de Ciego de Ávila Máximo Gómez Báez.