

FORMACIÓN

Alfabetización en salud: proceso de aprendizaje significativo personal y comunitario

Health literacy: meaningful personal and community learning process

Gemma Amorós Miró. Enfermera y Pedagoga. Equipo de Atención Primaria Sant Martí de Provençals. Barcelona (España).

Sandra Rambla Alsina. Enfermera. Equipo de Atención Primaria Verdaguer. Sant Joan Despí. Barcelona (España).

FECHA DE RECEPCIÓN:
28 DE JULIO DE 2023
FECHA DE ACEPTACIÓN:
23 DE FEBRERO DE 2024

Para contactar:

Gemma Amorós Miró.
gemma.amorosm@gmail.com

Editor/a responsable:
Juan Antonio García
Pastor

RESUMEN

El aprendizaje y la salud son dos elementos vinculados entre sí. El hecho de cuidar de la salud requiere del aprendizaje de conocimientos, habilidades, comportamientos y actitudes que se desarrollan a lo largo de nuestra vida. Los aprendizajes relacionados con la salud comportan estilos de vida más saludables, la mejora del bienestar, la calidad de vida y la salud de la comunidad. El aprendizaje significativo transforma las vidas, abriendo nuevas oportunidades, posibilitando nuevas competencias y formando nuevas redes sociales. Este artículo pretende reflexionar sobre la relación entre elementos de la alfabetización en salud y el proceso de aprendizaje significativo.

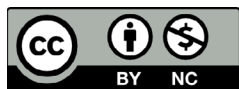
Palabras clave: alfabetización en salud, aprendizaje significativo, salud comunitaria, metodología participativa.

Durante décadas han surgido diferentes definiciones y modelos en relación a la alfabetización en salud (AS). Estas definiciones determinan la AS como la capacidad de las personas para localizar, interpretar y aplicar la información a sus decisiones. Conceptualizando este término como un conjunto de conocimientos, un conjunto de habilidades o una jerarquía de funciones (funcional-interactiva-crítica). Los autores incluyen tres elementos en el constructo de la AS: conocimiento de la salud, la atención médica y los sistemas de salud; procesamiento y uso de información en varios formatos en relación con la salud y el cuidado de la salud; capacidad para mantener la salud a través de la autogestión y el trabajo en colaboración con los proveedores de salud^{1,2}. Hoy en día, las definiciones de AS incluyen la capacidad del individuo para obtener y traducir conocimientos e información con el fin de mantener y mejorar la salud de una manera que sea apropiada para los contextos individuales y del sistema. En estas definiciones destacan la diversidad de necesidades de los individuos y la importancia de las interacciones entre consumidores individuales, proveedores de atención médica y sistemas de atención. Los autores coinciden en resaltar aspectos como la complejidad, la multidimensionalidad y el alcance comunitario, añadiendo las dimensiones informacional y comunicativa al concepto de este término. Esta redefinición refleja un cambio importante, incluyendo los roles de quienes comunican la información, no simplemente de aquellos que la buscan^{1,2}. El actual concepto de la AS reafirma el papel de la sociedad para proporcionar información accesible y comprensible, resaltando la importancia de la fluidez y el uso efectivo de la información de salud. De ahí la importancia de la creación de información de salud precisa y accesible por parte de los diferentes agentes de salud

ABSTRACT

Learning and health are both interrelated aspects. The act of looking after health requires learning knowledge, skills, behaviors, and attitudes that develop throughout our lives. Health-related learning leads to healthier lifestyles, improved well-being, better quality of life and community health. Significant learning transforms lives, paving the way towards new opportunities, enabling new skills and forming new social networks. This paper aims to reflect on the relationship between aspects of health literacy and the meaningful learning process.

Keywords: Community Health, Health Literacy, Meaningful Learning, Participatory Methodology.



El contenido de Comunidad está sujeto a las condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 Internacional

para que las personas puedan encontrar, comprender y usar fácilmente en la toma de sus decisiones³.

Las políticas orientadas a la AS han de ofrecer recursos adecuados, una implantación de programas y proyectos adecuada, donde se incluya la perspectiva transversal, el trabajo multidisciplinar, el género y la equidad, como elementos importantes, y promover la participación de la comunidad. Estas políticas han de incluir no solo la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad, sino también la capacitación de profesionales y pacientes, la mejora de la accesibilidad y la equidad en la población, adaptándose a los contextos sociales y culturales. La evolución conceptual de AS ha coincidido con la mayor demanda de participación del paciente en su propia asistencia sanitaria, ambos hechos están relacionados, y dan al individuo un papel en la gestión responsable de su propia salud^{4,5}. Diferentes autores consideran la AS como resultado de las actividades de educación y la comunicación para la salud, resaltando la perspectiva educativa y la importancia de los procesos de aprendizaje en estas intervenciones. La AS incrementa los conocimientos, el logro de competencias específicas para acceder, entender, evaluar y aplicar decisiones relacionadas con la promoción, y mantiene la salud individual o ambiental, aplicable en diferentes contextos y a lo largo de las etapas vitales^{4,5}.

Una mirada pedagógica sobre la AS lleva a identificar aspectos comunes entre la AS y conceptos pedagógicos como la competencia y la evaluación de necesidades educativas.

La idea de la AS como competencia es identificada en la mayoría de las definiciones del término, compartiendo el planteamiento del concepto de competencia como la actuación integral capaz de articular, activar, integrar, sintetizar, movilizar y combinar los saberes (conocer, hacer y ser) con sus diferentes atributos. La AS es la capacidad de identificar, interpretar, argumentar y resolver problemas, actualizando lo que se sabe y poniendo en práctica lo aprendido para lograr los objetivos planteados, respondiendo a las exigencias individuales o sociales formando a la persona de forma integral⁶. Así, «saber hacer», en situaciones concretas, requiere de la aplicación responsable de conocimientos, habilidades y actitudes para lograr una acción eficaz en aspectos de la salud.

En este enfoque competencial, los conocimientos previos, las capacidades, los valores y la experiencia representan el marco de referencia para la construcción de nuevos aprendizajes. La competencia está conformada por diferentes aspectos como: la intervención de los diferentes agentes educativos y la importancia del mismo individuo para dar significado y construir sus propios aprendizajes. La inclusión de los valores en la concep-

ción de la competencia resalta su componente afectivo, expresándose en forma de actitudes, y por tanto en acciones, para consigo mismo y para con los otros⁷. La posibilidad de que las competencias puedan ser aprendidas resalta el carácter dinámico del proceso de aprendizaje, permitiendo establecer la gradación del dominio y desarrollo de la competencia. De este modo, el desarrollo de las competencias no es definitivo, ni tiene un final, sino que se lleva a cabo permanentemente a medida que varían las circunstancias de aplicación, pudiendo mejorar su eficacia y eficiencia. La experiencia y la actividad son elementos relevantes en el concepto de competencia, ya que integran los conocimientos, las habilidades y las actitudes, en su doble dimensión: teórica y práctica, desarrollando a la vez el compromiso ético y las dimensiones social y crítico-reflexiva⁶.

La valoración de la AS en individuo, grupo o comunidad implica contemplarla como una evaluación de necesidades educativas. Existen dos acciones en este proceso de evaluación: el análisis de necesidades, como proceso para describir problemas de una población, y la evaluación de necesidades, donde se mide la importancia de esos problemas y sus posibles soluciones. En el diagnóstico educativo es preciso considerar aspectos como las necesidades existentes; identificar las causas del problema y qué elementos lo mantienen; formular y delimitar el problema de manera colectiva; describir la situación social y el contexto donde se sitúa el problema; revisar la bibliografía relacionada con el tema de estudio; predecir la población y los recursos a quien va dirigida la acción; situar el lugar de la misma. La evaluación de necesidades no solo identificará las carencias que han de ser cubiertas, sino que también será instrumento de planificación y de propuesta de las intervenciones educativas, dirigidas al diseño, preparación e implantación de programas. Esta evaluación de necesidades incluye el juicio de valor, sentimientos y percepciones que el grupo tiene sobre el problema que hay que resolver y sus posibles soluciones. Así, la evaluación de necesidades es una base del proceso de toma de decisiones para mejorar y desarrollar la acción educativa y, sobre todo, para satisfacer las necesidades en el terreno educativo-social. La evaluación de las necesidades conduce a una humanización de la educación, ya que favorece una interacción entre necesidades sociales, calidad de vida y necesidades de las personas en su comunidad⁸.

El aprendizaje significativo se sitúa dentro del marco de la psicología constructivista. Este aprendizaje es lo contrario al aprendizaje memorístico y repetitivo, significa aprender con sentido, utilizando los referentes de la realidad, y con aplicabilidad. En él se establecen conexiones y se integran los nuevos conceptos, ideas o información con los

conocimientos previos ya presentes en la estructura cognitiva del individuo. Así, este aprendizaje no consiste en una simple acumulación de información, sino en una construcción activa de significado y comprensión, basado en los conocimientos, experiencias y valores previos de la persona. En este tipo de aprendizaje, la persona construye su propio conocimiento en una compleja interacción entre elementos, el individuo, el contenido, el docente y el entorno⁹. Los principios del modelo de aprendizaje significativo se muestran en la **tabla 1**.

Una metodología adecuada es fundamental para fomentar el aprendizaje significativo. Las estrategias de aprendizaje representan la secuencia de procesos cognitivos y procedimentales que el individuo desarrolla para procesar la información y aprenderla significativamente. Los autores señalan que las estrategias de aprendizaje para formar competencias son: de sensibilización, atención, adquisición, personalización, recuperación, des-

empeño, transferencia, cooperación y evaluación¹⁰. En este proceso existen tres momentos metodológicos: el primero, la sensibilización, donde se realiza un acercamiento al tema del día desde la realidad cotidiana, mediante técnicas participativas, visuales y de reflexión, que permiten a las personas participantes externar opiniones, experiencias y emociones con relación a la temática; el segundo, el acercamiento teórico reflexivo, donde se brindan referentes teóricos que sustenten o refuerzen lo aportado por el grupo; el tercero, la vuelta a la práctica, donde se elaboran propuestas concretas por parte de la población participante, aplicadas en contextos particulares, que permiten el logro de los objetivos del proceso de formación^{10,11}. En la **tabla 2** se muestra una posible clasificación de las estrategias de aprendizaje.

La metodología participativa concibe a las personas participantes como protagonistas y reconoce sus habilidades, potencialidades y capacidades

Tabla 1. Principios del modelo de aprendizaje significativo

<p>● Activación de conocimientos previos: mediante preguntas, discusiones o actividades que permitan conectar lo que ya saben con el tema que van a abordar. Despertar el interés del alumnado, motivar y estimular</p>
<p>● Relacionar los nuevos conceptos con la experiencia personal: a través de ejemplos concretos, casos prácticos y situaciones reales que les permitan visualizar la aplicabilidad de los conceptos en su vida cotidiana. El aprendizaje mejora cuando se establece relación de la información con su experiencia personal y profesional</p>
<p>● Promover la participación activa: incorporando actividades interactivas, debates, proyectos grupales que requieran la aplicación y reflexión de los conceptos aprendidos. Favoreciendo la retroalimentación y la reflexión de la información para la generación de conclusiones propias, junto con la conexión de los nuevos conocimientos y las experiencias previas. La participación es la forma más efectiva cuando pueden participar activamente en el proceso de aprendizaje</p>
<p>● Ofrecer variedad de recursos y materiales: uso de variedad de recursos y materiales de aprendizaje, como lecturas, vídeos, estudios de caso, ejercicios prácticos, herramientas tecnológicas, etc.; recursos y materiales que facilitan la comprensión y asimilación de la información. Actividades que permitan debatir e intercambiar ideas para construir el aprendizaje</p>
<p>● Contextualización del aprendizaje en el ambiente sociocultural</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ayudar a entender las diferentes interpretaciones de un hecho - Fomentar la colaboración y el intercambio de experiencias: el aprendizaje significativo puede enriquecerse mediante la colaboración y el intercambio de experiencias entre los participantes - Clima de confianza en base al respeto y la inclusión

Modificada de: Baque-Reyes G⁹.

Tabla 2. Clasificación de las estrategias de aprendizaje

● Estrategias realizadas según el momento del proceso de aprendizaje	● Estrategias realizadas según la dimensión del aprendizaje
Adquisición o codificación	Sobre el saber
Retención o almacenamiento	Sobre el saber hacer
Elaboración u organización	Sobre el saber ser
Recuperación/evocación/utilización	
Generación de respuesta	
Soporte	
Autoconocimiento/autoutilización	
Socioafectivas	

Modificada de: Rajadell Puiggròs N¹⁰.

para la transformación de la realidad mediante los procesos de construcción de conocimiento. Esta metodología tiene por objetivo favorecer la participación activa de las personas en los procesos educativos mediante un proceso colectivo de discusión y reflexión, un aumento del conocimiento individual y colectivo para la creación colectiva del conocimiento. Para generar nuevos y duraderos aprendizajes, son precisas las estrategias de aprendizaje significativo, donde actividades y técnicas participativas conlleven la activación de conocimientos previos, la organización de la información de manera lógica y estructurada y la reflexión sobre el significado de los nuevos conocimientos. Las técnicas participativas son herramientas didácticas que guían la consecución de los proyectos y programas educativos según los objetivos de aprendizaje establecidos. Estas técnicas se caracterizan por tener un carácter dialógico y dialéctico, ya que se basan en la práctica, en lo que las personas saben, sienten y creen sobre un tema concreto. Involucran a los individuos en actividades prácticas y colaborativas que ayudan a estructurar el contenido y aclarar conceptos. Su uso permite el trabajo con poblaciones de diferentes características; generar un ambiente flexible y entretenido para el aprendizaje; disminuir las posibles resistencias ante determinadas temáticas, y facilitar los procesos de aprendizaje a partir de la experiencia. La diversidad de técnicas posibilita al dinamizador trabajar con grupos heterogéneos, donde los estilos de aprendizaje y necesidades seguro que son variadas⁹⁻¹¹. La importancia del uso de técnicas y herramientas participativas justifica la revisión bibliográfica de manuales y libros sobre estas para una adecuada elección de las mismas.

Como recomendación, dos páginas web: la primera, biblioteca colaborativa: [Herramientas para la evaluación participativa](#) (en construcción) y [100 técnicas didácticas de enseñanza y aprendizaje](#) (para descargar), donde pueden encontrarse un conjunto de publicaciones que recogen herramientas e instrumentos para diseñar e implementar proyectos y programas educativos participativos. Tal como los manuales explican, para la elección de la técnica es preciso tener en cuenta: ¿Qué tema se va a trabajar? ¿Cuál es el objetivo que se quiere lograr? (¿Para qué?) ¿Con quiénes se va a

trabajar? ¿Qué características tienen? ¿De qué tiempo y recursos se dispone? Respondidas estas preguntas, y seleccionada la técnica, recomiendan la construcción de una *ficha resumen* de la misma, donde se detallan como mínimo: el objetivo, los participantes, los materiales, el desarrollo de la técnica, cómo realizar la discusión grupal y las posibles variaciones del procedimiento.

La AS, como proceso de formación, es un instrumento, una oportunidad para mejorar el aprendizaje significativo de la población. La mejora de los conocimientos en salud, el desarrollo de habilidades personales y de valores crean competencias para el autocuidado de la salud individual y colectiva de la población. La AS, como espacio de intervención educativa, ha de reflejar el cambio actual del enfoque educativo. Este enfoque, participativo y centrado en el individuo, será básico para conseguir un aprendizaje significativo centrado en el desarrollo de las habilidades cognitivas, emocionales y sociales. Para lograr un aprendizaje significativo en la AS, el individuo ha de comprender los conceptos clave, relacionarlos con su propia experiencia y ser capaz de aplicarlos en situaciones relevantes para su autocuidado y su vida en la comunidad. La percepción de la relevancia, utilidad, motivación e interés de la persona, unido a una adecuada elección y desarrollo de las técnicas participativas/educativas son requisitos básicos en la AS, en el aprendizaje significativo.

El uso de las metodologías participativas en la AS permitirá el desarrollo de la creatividad, conocimientos y habilidades existentes en los individuos, proporcionando experiencias de aprendizaje significativas que permiten a la persona identificar y asumir su papel corresponsable en el autocuidado de la salud, aspectos básicos en el aprendizaje y realización de hábitos y comportamientos saludables.

La preparación metodológica de las sesiones educativas son un aspecto fundamental para posibilitar el desarrollo y evaluación de la intervención participativa, y para ello resulta muy útil elaborar fichas didácticas, donde se describen objetivos, participantes, material, desarrollo, discusión y evaluación de cada sesión.

Recomendaciones de webs sobre estrategias y técnicas didácticas

Web del maestro cmf: <https://webdelmaestrocmf.com/>

Docentes al día: <https://docentesaldia.com/>

Herramientas para la evaluación participativa: <https://evalparticipativa.net/recursos/herramientas-para-la-evaluacion-participativa/>

100 técnicas didácticas de enseñanza y aprendizaje para descargar: <https://mega.nz/folder/rzAlxZ5K#8XpBdm47jhUBwt5pfg8pLw>

BIBLIOGRAFÍA

1. Ancker JS, Grossman LV, Benda NC. Health Literacy 2030: Is It Time to Redefine the Term? *J Gen Intern Med.* [Internet]. 2020 [consulta el 4 de septiembre de 2023];35:2427-30. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s11606-019-05472-y>
2. Okan O, Bauer U, Levin-Zamir D, Pinheiro P, Sørensen K. *International Handbook of Health Literacy: Research, practice and policy across the lifespan.* Bristol: Policy Press; 2019. p. 764.
3. Chenxi Liu C, Wang D, Liu C, Jiang J, Wang X, Chen H, et al. What is the meaning of health literacy? A systematic review and qualitative synthesis. *Family Medicine and Community Health.* [Internet]. 2020 [consultado el 4 de septiembre 2023];8(2). Disponible en: https://web.archive.org/web/20200830184939id_/https://fmch.bmj.com/content/fmch/8/2/e000351.full.pdf
4. Juvinyà-Canal D, Bertran-Noguer C, Suñer-Soler R. Alfabetización para la salud, más que información. *Gaceta Sanitaria.* [Internet]. 2018 [consultado el 10 de agosto del 2023];32(1):8-10. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/gsv32n1/0213-9111-gs-32-01-00008.pdf>
5. Gavidia V, Garzón A, Talavera M, Sendra C, Mayoral O. Alfabetización en salud a través de las competencias. *Enseñanza de las Ciencias.* [Internet]. 2019 [consultado 3 de septiembre del 2023]; 37(2):107-26. Disponible en: <https://doi.org/10.5565/rev/ensciencias.2628>
6. López Gómez E. En torno al concepto de competencia: un análisis de fuentes. *Profesorado. Revista de Currículum y Formación del Profesorado.* [Internet]. 2016; [consultado el 10 de agosto del 2023]; 20(1):311-22. Disponible en: <http://hdl.handle.net/10481/42564>
7. Martínez Carpio HE. El enfoque por competencias desde la perspectiva del desarrollo humano: Aspectos básicos y diseño curricular. *Avances en Psicología.* [Internet]. 2013 [consultado el 10 de agosto del 2023];21(1):9-22. Disponible en: <https://pdfs.semanticscholar.org/4f15/285eb98d2dbd8ae52f2d441b53ab4978be29.pdf>
8. Limón Domínguez D. Evaluación de necesidades desde la consulta a expertos como instrumento de planificación educativa. *Educació i Cultura: revista mallorquina de Pedagogia.* [Internet]. 2001 [consultado el 10 de agosto del 2023];33-48. Disponible en: <https://core.ac.uk/download/pdf/39055829.pdf>
9. Baque-Reyes GR, Portilla-Faicán GI. El aprendizaje significativo como estrategia didáctica para la enseñanza-aprendizaje. [Internet]. 2021 [consultado el 10 agosto del 2023]. Disponible en: <https://repositoriobibliotecas.uv.cl/bitstream/handle/uvsc1/2030/2632-14045-4-PB%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
10. Rajadell Puiggròs N, Serrat Antolí N. *Revista Catalana de Pedagogia-Societat Catalana de Pedagogia.* [Internet]. 2005 [consultado el 10 de agosto del 2023]; 4,59-73. Disponible en: <https://www.raco.cat/index.php/RevistaPedagogia/article/view/1750>
11. Rivas Ávila Y, Mosqueda Padrón L, Alonso Hernández E. Aproximación teórica-metodológica a las técnicas participativas de orientación educativa para favorecer el crecimiento personal. *Opuntia Brava.* [Internet]. 2019 [consultado el 15 de agosto del 2023];11(3):129-46. Disponible en: <https://opuntiabrava.ult.edu.cu/index.php/opuntiabrava/article/view/796>