



[Inicio](#) ► [Comunidad Noviembre 2015](#) ► [Originales](#) ► [La escuela como centro vertebrador de las actividades comunitarias](#)

Imprimir

Twitter

ORIGINALES

La escuela como centro vertebrador de las actividades comunitarias

M^a Cruz Moreno Girao. Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria. Centro de Salud La Torreta. Área Básica de Salud (ABS) La Roca del Vallès. Barcelona

M^a Teresa Romera Punzano. Enfermera. Centro de Salud La Torreta. ABS La Roca del Vallès. Barcelona

Maribel Martínez Martínez. Técnica comunitaria del Plan de Desarrollo Comunitario La Torreta/La Roca del Vallès. Barcelona

Para contactar

M^a Cruz Moreno Girao: mcmoreno@consorci.org

RESUMEN

Objetivo: desarrollar un programa para trabajar los hábitos y actitudes saludables en la escuela, de forma coordinada: profesores, sanitarios, asociación de madres y padres de alumnos (AMPA) y comunidad. Fomentar el autocuidado y la responsabilidad personal para vivir de forma saludable.

Desarrollo: se lleva a cabo desde el año 2004 hasta la actualidad. Financiado por las administraciones públicas, Centro de Salud La Torreta/La Roca del Vallès y Escuela La Torreta. Se trata de un programa de promoción de la salud en la comunidad, con la escuela como centro vertebrador, que pretende implicar a toda la comunidad a través del Plan de Desarrollo Comunitario/Proceso de Intervención Comunitaria (PDC/PIC).

Resultados: se consigue la coordinación intersectorial y el trabajo multidisciplinar, lo que favorece la participación de las familias en el proyecto. En las comisiones llegan a trabajar unas 20 personas, y se cuenta con la participación de los niños de la escuela, maestros, sanitarios. En total, unas 400 personas participan en el programa cada año.

Conclusiones: los recursos de una comunidad son más eficientes si se coordinan. Los mensajes y actitudes saludables se interiorizan mejor si se unifican desde los diferentes ámbitos y niveles. La participación de las personas, familias y comunidad propicia una corresponsabilidad en el propio cuidado.

Palabras clave: participación comunitaria, promoción de hábitos saludables en la escuela, visión intergeneracional.

La experiencia que se recoge en este artículo se presentó y recibió el premio a la mejor experiencia en promoción de la salud del XVI Encuentro del Programa de Actividades Comunitarias en Atención Primaria (PACAP) (Madrid, 2014).

THE SCHOOL AS A UNIFYING COMMUNITY ACTIVITIES CENTRE

Abstract

Objectives: To develop a program to work on healthy habits and attitudes in school, in a coordinated manner: teachers, healthcare workers, the Catalan schools parents' association (AMPA) and the community. To promote self-care and personal responsibility to live in a healthy way.

Development: The programme has been carried out since 2004 to the present day and is funded by local government, the Health Centre La Torreta/La Roca del Vallès and the School of La Torreta. It is a program for the promotion of health in community, by making the school the linking thread and involving the community through the Community Development Plan (PDC/PIC).

Results: Intersectoral coordination and multidisciplinary work were achieved, which encourages families to take part in the project: working committees (20 people approximately, 170 school children, teachers and health workers... 400 people in total, approximately, join in the Conference each year.

Conclusions: The resources of a community are more efficient if they are coordinated. The messages and healthy attitudes are internalized better if they are unified from different areas and levels. The participation of individuals, families and the community creates co-responsibility in their own care.

Key words: community participation, promotion of healthy habits in the school. Intergenerational mink.

INTRODUCCIÓN

A principios del año 2004, el equipo de Atención Primaria (EAP) del Área Básica de Salud (ABS) de La Roca del Vallès decide crear el proyecto «Educar para la salud (EpS) en la escuela» en uno de los barrios del municipio.

Desde el año 2006, el PIC de La Torreta/La Roca del Valles es un PDC subvencionado por la Generalitat de Catalunya, que permite su sostenibilidad en el tiempo, con la incorporación de una técnica comunitaria que trabaja para el proceso.

«Partiendo de las condiciones sociales de la comunidad con los recursos que cuenta. Se puede y debe incidir en el uso de estos recursos y se va a plantea una reconversión paulatina y parcial de los mismos de otra forma, sin necesidad de nuevos recursos y asumidos por todos. Así proponiendo iniciativas culturales, artísticas y festivas que comprometan tanto a las asociaciones y entidades del barrio como a los centros educativos. En estos últimos, integrar dichas iniciativas en la actividad escolar y utilizar los recursos disponibles en el barrio: teatro, biblioteca, ateneo. Establecer la colaboración de grupos de edad diferentes en torno a dichas iniciativas»¹.

El proyecto «Educar para la salud (EpS) en la escuela» vertebra y coordina las actividades comunitarias del PIC y asegura la participación intergeneracional: vecinos, AMPA, maestros, centro de salud, asociación de vecinos, centro de las personas mayores

Descripción del territorio

El barrio de La Torreta pertenece al municipio de La Roca del Vallès y está a una distancia de 3 km del núcleo urbano.

La Roca del Vallès es un municipio que pertenece a la comarca del Vallès Oriental (Barcelona) y cuenta con una población total de 10.427 habitantes que en su mayor parte se concentra en la Roca Centro. El barrio de La Torreta, con una población de unos 2.669 habitantes, está dividido en dos zonas: una residencial y otra formada por viviendas y casas hechas por la población emigrante de la década de 1960 procedente de Andalucía, Extremadura y Galicia. Muchas viviendas fueron hechas por los padres y ampliada para los hijos. Existe una alta incidencia de paro que proviene de la construcción en su mayoría. Son castellano hablantes, incluso las terceras generaciones.

El PIC/PDC del barrio se plantea la salud comunitaria como:

- Una herramienta para mejorar la salud de las personas, entendiendo esta como una forma autónoma, gozosa y solidaria de vivir la vida, facilitando una buena convivencia intergeneracional y potenciando la capacidad de las personas y grupos para el abordaje de sus propios problemas, demandas y necesidades.
- La salud comunitaria fomenta las actitudes saludables, cívicas y solidarias, propiciando una utilización adecuada de los recursos y servicios de un territorio al fomentar la creación de redes sociales de apoyo y la utilización de una pedagogía continuada de la educación para la salud como forma de incidir en actitudes de cambio.
- Es facilitadora de la convivencia en una comunidad al potenciar la corresponsabilidad social y facilitar la aceptación de las diversidades, el respeto mutuo y la solidaridad.
- Cambiar los estilos de vida de las personas no es fácil, debido a que está determinado por muchos factores personales, institucionales y ambientales que operan e interactúan a nivel individual, interpersonal y comunitario. En consecuencia, hay un creciente reconocimiento de la necesidad de intervenciones de cambio de estilo de vida de base en las teorías de cambio de conducta pertinentes, así como de seguir un procedimiento adecuado que una diferentes técnicas y estrategias de intervención².

Basándose en los conceptos expuestos sobre salud comunitaria, se decide trabajar el PIC/PDC utilizando la escuela como eje vertebrador de las actividades comunitarias que se realicen en el barrio.

La idea es trabajar la educación para la salud (EpS) en la escuela para poder llegar a las familias con mensajes unificados y coordinados desde los diferentes agentes sociales del barrio, y así trabajar hábitos saludables, alimentación, ejercicio y actitudes positivas; salud bucodental; preparación para la preadolescencia; agentes cívicos, y solidaridad. La salud comunitaria, como una forma de fomentar la participación activa de la ciudadanía en su autocuidado.

OBJETIVOS

El programa de EpS en la escuela está integrado dentro del PDC/PIC del municipio y se desarrolla según los objetivos descritos:

- Desarrollar un programa para trabajar los hábitos y actitudes saludables en la escuela de forma coordinada con profesores, sanitarios, AMPA y comunidad.
- Fomentar el autocuidado y la responsabilidad personal para vivir de forma saludable.
- Potenciar la coordinación multidisciplinar e intersectorial creando los espacios de trabajo necesarios para propiciarla.

METODOLOGÍA

Se basa en la coordinación interdisciplinar y multidisciplinar, creando los espacios necesarios para propiciarla.

- Utilizar una metodología común para avanzar hacia la consecución de los objetivos de forma coherente con los hábitos y actitudes que se pretenden fomentar.
- Respetar los ritmos del propio proceso:
 - Conocimiento de la comunidad a la que van dirigidas las actividades.
 - Diagnóstico común y compartido.
 - Programación de las actuaciones comunitarias asumidas y consensuadas en todos los niveles y espacios de trabajo.

Espacios de trabajo:

- **Unidad de salud comunitaria (USC) de la ABS:**
 - Núcleo coordinador: coordina todos los programas que se realizan con la comunidad referentes a la salud comunitaria, entre ellos elabora las propuestas para el curso escolar.
 - EAP de la ABS: debate y consensúa la propuesta para el curso, distribuye responsabilidades y ejecuta.
- **Núcleo impulsor: técnicos de PIC/PDC:**
 - Sanitarios.
 - Trabajadora social municipal.
 - Maestros.
 - Técnica comunitaria.
- **Grupo comunitario del PIC/PDC:**
 - Asociación de vecinos.
 - Centro de personas mayores.
 - Asociación de mujeres del barrio.
 - Grupo de mujeres del PIC/PDC.
 - AMPA.
 - Vecinos a nivel personal.
 - Casal de jóvenes de la parroquia.

Descripción

«Se entiende la educación para la salud como un proceso de formación y de responsabilización del individuo, a fin de que adquiera los

Para llevar a término la experiencia, se consensúa en los diferentes espacios de trabajo:

Grupo comunitario del PIC/PDC: evalúa el curso anterior y recoge las aportaciones que se han ido haciendo en los diferentes plenarios comunitarios. Se plantean las propuestas para el nuevo curso escolar y las actuaciones que deben llevarse a término con la escuela y en otros espacios comunitarios durante ese año.

- **Núcleo impulsor técnicos de PIC/PDC:** trabajan las propuestas hechas por el grupo comunitario, la USC del ABS, los técnicos municipales y la escuela, y elaboran el proyecto anual y los cronogramas. Para ello están estipuladas unas reuniones anuales de coordinación, seguimiento y evaluación.

Se consensúa el tema del proyecto «Educar para la salud (EpS) en la escuela» para el curso, basándose en objetivos de promoción y prevención de la salud, para conseguir modificar, reforzar los hábitos y actitudes saludables y para dar herramientas para una buena gestión de las emociones. Se definen los temas que se van a desarrollar y trabajar con los niños, las familias y la comunidad, con una visión intergeneracional, solidaria y multicultural (tabla 1):

Tabla 1. Plan de trabajo curso

ACTIVIDADES CON LA COMUNIDAD: Programa «Educar para la salud (EpS) en la escuela» de la ABS La Roca del Vallès
 Ámbito de actuación comunitaria: Escuela La Torreta

OBJETIVOS	ACTUACIONES	RESPONSABLES	FECHA	FORMADORES
Promoción de la salud: Coordinar y unificar los mensajes sanitarios y educativos. Conseguir que los alumnos identifiquen sus emociones y sepan expresar-las	1 Charla «Hábitos saludables» para alumnos de segundo de primaria Charla «Las emociones» para alumnos de tercero de primaria	CAP La Torreta y Escuela La Torreta	Octubre Mayo	Enfermera del CAP
Mejorar los hábitos alimentarios de nuestros alumnos (prevenir obesidad, anorexia y bulimia)	2 Charla «Alimentación. Dieta mediterránea» para alumnos de cuarto de primaria	CAP La Torreta y Escuela La Torreta	Enero	Enfermera del CAP
Preparar a los alumnos para aceptar los cambios físicos y psíquicos que se dan en esta etapa	3 Charla «Desarrollo puberal» para alumnos de sexto de primaria	CAP La Torreta y Escuela La Torreta	Marzo	Comadrona del CAP
Mejorar la higiene bucal de los alumnos y prevenir las caries	4 Charla «Hábitos higiénicos bucodentales» para alumnos de primero, tercero y quinto	CAP La Torreta y Escuela La Torreta	Abril	Odontóloga del CAP
Potenciar los hábitos de vida saludables de las personas del barrio, visión familiar e intergeneracional	5 Jornada familiar Día Mundial de la Salud. Hábitos saludables Proyecto PDC: «La cultura popular en tiempos de crisis fomenta la salud». Recuperar los remedios caseros	CAP La Torreta, PIC, Escuela La Torreta, AMPA, AAVV La Torreta, centro de mayores, etc.	Abril	Especialista en Medicina Familiar y Comunitaria Enfermera Técnica comunitaria
Certamen literario	Recetario de remedios caseros	PIC, escuela, ABS convoca técnica comunitaria	Mayo	Enfermera ABS AMPA, técnica PIC Centro de personas

				mayores, maestros, etc.
Semana solidaria	Merienda, coloquio, recolecta	PIC, AMPA, escuela	Mayo 2015	PIC, ayuntamiento y escuela
Coordinación ABS/escuela/PIC/AMPA/centro de personas mayores... Reuniones conjuntas para evaluar el proyecto	Según necesidades	PIC, CAP y directora de la escuela	A determinar Semestrales	Enfermera, directora del colegio, AMPA, técnica del PIC, centro de personas mayores
Coordinación AMPA, escuela, PIC y ABS	Principio y final de curso		Septiembre Junio	
ABS: Área Básica de Salud; AMPA: asociación de madres y padres de alumnos; AAVV: Asociación de vecinos; CAP: centro de Atención Primaria; PIC: Proceso de Intervención Comunitaria.				

Prevención de salud

- Administración de las vacunas hepatitis A+B y papiloma virus en la escuela para los alumnos de sexto de primaria. Responsables: centro de salud y la escuela.
- Revisiones escolares a los niños de P4 por el pediatra del centro.

Promoción de salud

El proyecto «Educar para la salud (EpS) en la escuela» ofrece al colegio: charlas, talleres y yincana saludable. Sanitarios, comunidad educativa y técnica comunitaria trabajan de forma coordinada. Desde hace 3 años estas actividades son incluidas en el currículum escolar. Se pretende coordinar y unificar los mensajes sanitarios y educativos.

• Hábitos y actitudes saludables:

- Charla sobre **hábitos higiénicos** a los alumnos de segundo de primaria para fomentar el cuidado personal y la autoestima.
- Charla sobre **las emociones** para enseñar a detectar y expresar los estados de ánimo a los alumnos de tercero de primaria.
- Charla sobre **alimentación y dieta mediterránea** a los de cuarto de primaria para prevenir los trastornos alimentarios y la obesidad infantil (fruta desayuno).

La formadora es una enfermera de pediatría del centro de salud que conoce a los niños desde que eran pequeños.

- **Mejorar la higiene bucodental y prevenir las caries:** charla sobre hábitos higiénicos bucodentales y revisión dental a los alumnos de primero, tercero y quinto de primaria. Formadora: odontóloga del servicio odontología del ABS.

- **Desarrollo puberal:** charla a los alumnos de sexto de primaria para prepararlos para aceptar los cambios físicos y psíquicos que se dan en la preadolescencia. Formadora: la matrona del centro de salud.

- **Sesiones sobre** resolución de conflictos, *bullying* y abuso de la utilización de los videojuegos dirigidas al curso de sexto de primaria. Formadora técnica comunitaria de PIC.

• Conocimiento del entorno:

- Abrir el centro de salud del barrio para que los alumnos de primero y segundo de primaria de la escuela conozcan las instalaciones, a los profesionales y los servicios que ofrece.
- Visita al centro de las personas mayores para que los alumnos se familiaricen con un envejecimiento activo y saludable. Se pretende propiciar una visión intergeneracional para que los niños conozcan las actividades que pueden hacer sus abuelos en el centro (inglés, informática, manualidades, taller de memoria, taller de cocina, pilates). Actividad dirigida a los cursos de primero y segundo de primaria (figura 1).

- **Recuperar la memoria popular y creación literaria:** recopilar remedios populares para tratar pequeños problemas de salud (refriados, diarrea) y también recetas. Se recopilan recetas en el centro de salud, el centro de las personas mayores, el grupo de mujeres del café tertulia y la escuela. Los niños preguntan a sus mayores para recuperar las recetas tradicionales y posteriormente se reúnen todas en una libreta que se da a los participantes. Formadores: enfermera y técnica comunitaria.

- **Los agentes cívicos:** los alumnos de sexto de primaria son agentes de salud: se realizan tres sesiones para explicar, organizar y recoger los datos y las conclusiones. Los agentes cívicos reparten un talonario por persona sobre hábitos saludables y comportamientos cívicos entre los diferentes cursos. Son los referentes en la escuela, la familia y el barrio. Posteriormente, en la jornada comunitaria comparten los resultados de la experiencia. Formadora: la técnica del PIC y escuela (figura 2).

- **Los hábitos de vida saludable con visión familiar e intergeneracional:** el PIC del barrio, con la colaboración de la escuela, el centro de salud y el ayuntamiento, organiza una jornada familiar y comunitaria el 27 de marzo, el Día Mundial de la Salud 2015, con el lema «La cultura popular en tiempos de crisis fomenta la salud. Consta de una yincana, charla, dibujos, presentación de los agentes cívicos, merienda saludable y batuca. Todos los participantes disfrutaron de la fiesta.

Figura 1. Visita de los alumnos al centro de personas mayores del barrio



Figura 2. Agentes cívicos

- **La semana solidaria del municipio:** el objetivo es aprender a ser solidario con los más desfavorecidos. Se colabora en el programa becas solidarias que intenta paliar las desigualdades que se crean entre los niños que no pueden hacer las colonias. Se trabaja la solidaridad, la empatía, el respeto mutuo, la aceptación de la diversidad y la multiculturalidad. Se organiza una merienda solidaria, postres del mundo y se recoge dinero para el programa de becas. Se utiliza el espacio para hacer un coloquio sobre algún tema solidario. El encargado de la organización de esta semana solidaria fue el PIC, que contó con la colaboración del ayuntamiento, AMPA, centro de salud y la escuela (tabla 2).



Tabla 2. Actividades del Área Básica de Salud La Roca y Escuela La Torreta

Promoción de la salud	OCT	NOV	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN
Agentes cívicos: preparar DMS	Presentación del programa preadolescentes			Tutoría técnica PIC Niños de sexto de primaria		Presentación de resultados en la jornada comunitaria		
Conocimiento del entorno: -Visita al centro de personas mayores -Centro de salud		Niños de primero de primaria					Primero de primaria	
Yimcana en la escuela Jornada comunitaria DMS						15-16.30 h Jornada: DMS		
Programa «Educar para la salud (EpS) en la escuela»	Hábitos saludables		Alimentación y la salud		Desarrollo puberal	Educación bucodental (flúor)	Hábitos emociones	Cromo-grama
Certamen literario						Relatos		
Semana solidaria							Merienda, etc.	
Prevención de la salud Vacunaciones escolares (sexto de primaria)	Hepatitis A+ B, papiloma humano	Hepatitis A+ B, papiloma humano					Hepatitis A+B, papiloma humano	
Revisiones escolares (P4) CAP La Torreta				Revisión				

CAP: centro de Atención Primaria; DMS: Día Mundial de la Salud

RESULTADOS

Se consigue la coordinación intersectorial y el trabajo multidisciplinar, lo que favorece la participación de la comunidad en el proyecto: trabajan unas 20 personas en las comisiones, participan unos 170 niños de la escuela, además de los maestros, sanitarios, familias, Administración local, técnicos municipales, técnica comunitaria y resto de entidades; en total, participan unas 400 personas en el proyecto.

Las actividades saludables propuestas por los profesionales sanitarios tienen muy buena acogida y una buena participación, tanto de los ciudadanos como de otros técnicos del municipio. La mayoría de entidades del municipio respondieron positivamente a las propuestas. Las diversas entidades de la Administración local tuvieron diferentes niveles de implicación, y queda patente la importancia de seguir trabajando y colaborando en esta línea.

DISCUSIÓN

Valoración de la experiencia

Factores facilitadores del proyecto:

- La existencia de espacios de trabajo ya establecidos y conocidos en el barrio.
- Se trabajan con la comunidad, fuera de la consulta (agendas autogestionadas), los temas de salud, creándose un clima de confianza y

comunicación con la población.

- El respeto y el aprecio de la comunidad a los profesionales, técnicos del barrio se hacen patentes.
- El trabajo con la comunidad facilita la participación e implicación de la misma en la resolución de sus necesidades.
- Las intervenciones con los alumnos hacen que estos se comprometan a modificar hábitos y a adoptar actitudes de vida saludables y se consiguen comportamientos más solidarios, con efectos positivos que se mantienen en el tiempo una vez terminada la intervención⁴.

Factores que pueden dificultar el proyecto:

- Dificultades para compaginar los horarios de los técnicos, entidades y ciudadanos.
- Aprender a gestionar los protagonismos para que estos sean compartidos y haya buenas relaciones.
- Reconocer el trabajo comunitario al mismo nivel que otras tareas profesionales.

CONCLUSIONES

Los recursos de una comunidad son más eficientes si se coordinan. Los mensajes y actitudes saludables se interiorizan mejor si se unifican desde los diferentes ámbitos y niveles. La participación de las personas, familias y comunidad crea una corresponsabilidad en el propio cuidado.

El hecho de poder trabajar con los niños los hábitos saludables dentro de la escuela, en su entorno y con las familias, facilita la interiorización de los mensajes de salud, con una visión integral e integradora, fomentando que en el futuro esos niños sean personas sanas que participan activamente en su cuidado personal y el de su entorno, y que aceptan la diversidad de culturas y opiniones, con una visión intergeneracional de la familia.

Algunas reflexiones:

- La exploración de nuevas formas para abordar la salud desde una variante social y sanitaria que tenga como objetivo la mejora de la salud de la población y una utilización responsable de los recursos.
- Aprender a combinar las sinergias del saber técnico y el saber vivencial de los ciudadanos, como forma de avanzar juntos.
- Utilizar la pedagogía de la educación en la salud de forma continuada, para hacer emerger de nuestra sociedad una nueva cultura de la participación.

«Si sanitarios, maestros, AMPA, entidades y otros agentes sociales trabajamos de forma coordinada con la escuela, es posible activar a la comunidad.»

BIBLIOGRAFÍA

1. Marchioni M. Comunidad, participación y desarrollo. Madrid: Editorial Popular; 2010.
2. Sánchez A, Grandes G, Cortada JM, Pombo H, Balague L, Calderón C. Modelling innovative interventions for optimising health and lifestyle promotion in primary healthcare «Prescribe vida saludable» phase research protocol. BMC Health services Research. 2009;9:103.
3. Departament d'Ensenyament. Llibre blau: Orientacions i Programes. Educació per a la Salut a l'escola. Barcelona: Generalitat de Catalunya; 1984.
4. Pérez I, Delgado M. Mejora de hábitos saludables en adolescentes desde la educación física escolar: Revista Educación. 2013;360:314-37.

[Volver](#)

Comunidad 2015;17(2):10

ISSN: 2339-7896 Publicación semestral

COMENTARIOS

Dejar un comentario

0
comentarios

Su Nombre

Su Email

Web (opcional)

Mensaje

Comentar