Escuela saludable: una opción de vida

Sandra Arcila Medrano | Nohemí Bonilla Guzmán

pp. 436 - 442

La Institución Educativa Ricardo Borrero Álvarez de la ciudad de Neiva cuenta con 1300 estudiantes y posee un convenio interinstitucional con el SENA, a través del cual obtienen una titulación como bachilleres técnicos en sistemas o técnicos en mantenimiento de cómputo. Además, ofrece el Modelo Educativo Aceleración del Aprendizaje que busca la nivelación de la extraedad en básica primaria y el Programa de Inclusión Educativa que atiende a estudiantes con necesidades educativas especiales. Los fines de semana ofrece también la modalidad de ciclos para jóvenes y adultos.

Por su ubicación en el centro de la ciudad, la institución atiende población que viene de diferentes lugares y que adicionalmente es flotante. Muchos de los estudiantes son hijos de vendedores ambulantes y pertenecen en su mayoría a familias disfuncionales y en desintegración, lo que se refleja en ellos, afectando la valoración de sí mismos, fomentando la pérdida de su rumbo y llevándolos a un desinterés por el estudio. Muchas de las dificultades provienen de factores culturales, socioeconómicos, del hábitat, del estrato social, de la dificultad que tienen para poder vivir, del hambre; muchas veces vienen niños sin almorzar y llegan a pie desde muy lejos, lo que genera una gama de conflictos que empiezan en el entorno familiar. También se presentan eventos en salud mental relacionados con problemáticas psicosociales como intentos de suicidio, violencia intrafamiliar, abuso sexual, tendencia callejera, consumo de SPA y agresión física, entre otros.

Teniendo en cuenta esta caracterización de la población, el énfasis de la institución es la educación en valores. De allí emana toda la parte pedagógica y curricular que estamos manejando; con estrategias y orientaciones pedagógicas que logran que los padres de familia se acerque más a la institución y que los estudiantes se identifiquen eficientemente con sus objetivos de vida, para poder así orientar los factores motivacionales hacia sus metas, brindándole a cada uno la oportunidad de reconocerse en sus valores como una persona única y especial, lo cual lo motiva a prepararse y a moderar adecuadamente sus comportamientos.

Los inicios

Teniendo en cuenta estas necesidades del contexto, en 2004 surgió la idea de diseñar un macroproyecto a nivel institucional, enfocado en los lineamientos de una Escuela Saludable. Para ello, y como primer paso, la rectora Alba Luz Ortiz y algunos docentes vinculados a la institución en ese año se capacitaron en temas relacionados con la promoción de una escuela saludable. A partir de esto nos dimos a la tarea de diseñarlo con el nombre: "Escuela saludable: una opción de vida", como un plan de acción frente a las diferentes problemáticas que se presentaban en nuestros estudiantes con el propósito de mitigarlas y contribuir a cambios de vida. Más adelante nos vinculamos quienes ahora somos las coordinadoras.

Inicialmente, el macroproyecto fue fortalecido por dos ejes: salud preventiva y salud mental. Con respecto al primer eje se desarrollaban todos los programas a nivel de salud, nutrición, campañas de higiene, etc. En cuanto al segundo se trabajaba en prevención de la drogadicción, el proyecto de vida, los valores, la autonomía, la autoestima, etc. Por su parte, los proyectos transversales giraban

en torno a estos dos ejes. Se le dio el nombre de macroproyecto porque abarca todos los proyectos que se realizan a nivel institucional en un solo documento con los lineamientos en salud preventiva y en salud mental.

Con esta mirada se inició la implementación desde el año 2004 hasta el año 2008, fortaleciéndose cada vez más a través de talleres y capacitaciones a los docentes. Durante este periodo tuvimos pandillas, enfrentamientos, heridos graves y drogadicción dentro de la institución. A esto se sumaba la estigmatización de los jóvenes cuyo proceso educativo nos había sido confiado. En general, la comunidad neivana pensaba que no servían para nada, que ellos no terminarían haciendo nada socialmente útil, que no iban a generar un valor agregado dentro del proceso de formación. Sin embargo, estábamos decididos a no darnos por vencidos y fue a través del enfoque de nuestro macroproyecto que logramos reintegrar a la sociedad a muchos niños, niñas y adolescentes que presentaban diferentes conductas de desadaptación social.

También fue muy significativo encontrar que en 2009 los estudiantes de la jornada de la tarde estuvieron en nivel alto en el ICFES, jornada en la que se presenta el mayor número de estudiantes con las problemáticas mencionadas. La comunidad no apostaba nada por esos jóvenes y aún así lograron estos resultados; para nosotros fue el mejor premio, fue un momento muy gratificante para todos, que indicaba que con esfuerzo, dedicación, compromiso y trabajo colaborativo nuestras metas educativas y de formación eran posibles. A la vez esto enviaba un mensaje a la sociedad, en el sentido de que nuestra institución y sus estudiantes debían ser vistos de otra manera y que a pesar de las dificultades y problemáticas que presentaban podrían ser personas de bien.

El nuevo comienzo

A pesar de los buenos resultados, durante esos años se trabajaron los proyectos de forma individual, con sus respectivas actividades en pro de los estilos de vida saludables y siendo notorio que todos apuntaban al mismo objetivo pero nos cruzábamos en algunas actividades por falta de unificación de criterios. Después el macroproyecto tuvo una época de declive, empezando porque durante esos años se presentaron varios traslados de docentes y de coordinadores, algunos por considerar que la población de estudiantes era muy difícil, lo que ocasionó altibajos en el proceso pues, en muchos casos, las personas nuevas que se vinculaban se sorprendían con la población y sus problemáticas e interferían sobre los lineamientos que teníamos pretendiendo cambiar algunas estrategias. También exigían que los jóvenes difíciles debían salir "expulsados", lo que causó resistencia en algunos docentes. Otro inconveniente fue la aceptación de estudiantes que ingresaban expulsados de otras instituciones, provenientes del ICBF o con problemáticas con la ley, condición que algunos profesores no aceptaban.

En este contexto, el proyecto fue replanteado a partir de una propuesta del Ministerio de Educación Nacional que hizo una convocatoria en la que se presentó un proyecto con la intención de implementar acciones de prevención y promoción de estilos de vida saludables. Así empezó a implementarse esta nueva iniciativa con las orientaciones pedagógicas para la promoción de estilos de vida saludables, desde competencias básicas y ciudadanas. En esta etapa del proceso vimos la necesidad de incluir el proyecto "Estilos de vida saludables con énfasis en la prevención

del consumo de sustancias psicoactivas", debido al aumento de estudiantes que ingresan a nuestra institución presentando esta problemática. Seguidamente se dio inicio a un proceso de capacitación a los docentes sobre este enfoque.

Con este horizonte se realizó la caracterización de los estudiantes que teníamos, mediante talleres pedagógicos con la participación de toda la comunidad educativa, lo cual finalizó con la identificación de la situación problemática: falta de valoración de sí mismos. Teniendo claro el enfoque y la situación problemática, iniciamos una revisión de los proyectos que se estaban desarrollando en la institución, determinando que era necesario integrar varios de ellos por su afinidad, como era el caso del de educación para los derechos, el de democracia y competencias ciudadanas, los proyectos de educación ambiental y el plan escolar para gestión del riesgo.

Con esta metodología definimos siete proyectos para ser integrados en el Macroproyecto, de los cuales cinco están dentro del grupo de los transversales por ley y dos son a nivel institucional: el plan lector "Por la lectura y el buen trato" y el de promoción de estilos de vida saludable con énfasis en la prevención del consumo de sustancias psicoactivas. También está incluida la estrategia escuela de padres y los programas de inclusión educativa con el grupo de apoyo y el de servicio de orientación escolar, como apoyo al Macroproyecto. Para cada uno de los proyectos y de la estrategia escuela de padres se organizó una mesa de trabajo con un docente representante de cada sede, para lograr así que toda la institución hiciera parte de la experiencia y garantizar su continuidad.

Después de esta definición, determinamos las actividades para desarrollar en cada una de las áreas Para la formulación del plan de acción de los proyectos se partió de la estructuración de una matriz pedagógica para cada uno; lo que se logró a través de talleres pedagógicos de retroalimentación con los docentes, capacitándolos y entregándoles material de consulta para la elaboración de la matriz, diseñada teniendo en cuenta la situación problema, los hilos conductores, el enfoque de estilos de vida saludables, los estándares y las competencias básicas y ciudadanas. Dentro de esto, acordamos que la estrategia de escuela de padres fuera abordada desde cada uno de los proyectos, diseñando talleres de acuerdo a las necesidades de la comunidad educativa y a los lineamientos propios de cada proyecto, haciendo parte del cronograma general a nivel institucional.

El ideal de la experiencia es que cada año el grupo de docentes revise los proyectos y realice los ajustes necesarios de actualización, además de diseñar la programación de las actividades conservando la estructura general del macroproyecto "Escuela saludable: una opción de vida". De esta forma, cada año sólo se presentarán cambios en la metodología, las actividades y el cronograma de cada proyecto, haciendo que estén acordes con las necesidades reales institucionales y que generen una gran acogida por parte de toda la comunidad educativa. Un ejemplo de estas necesidades de ajustes es la de implementar el proyecto de vida no como una actividad en dirección de grupo; sino incorporándolo el área de religión, ética y valores.

Los protagonistas

La experiencia se desarrolla en los niveles de preescolar, básica primaria y bachillerato y fue incluida en todas las áreas como un proyecto transversal vinculado al PEI, con el claro objetivo de ejecutarlo de manera continua en el transcurso de los años. De manera

unánime, los profesores de las diferentes áreas que se imparten en nuestra institución acordaron integrar todas las áreas a la estrategia, resaltando que todas las asignaturas deben participar en el proceso por ser un compromiso de grupo, manteniendo una estrecha correlación con los lineamientos institucionales y realizando las adecuaciones a los estilos de vida saludable. En la selección de las personas que conforman cada uno de los proyectos del macroproyecto buscamos que sus integrantes fueran docentes de diferentes áreas para así integrar y dinamizar la labor institucional.

Dentro de las principales actividades que apoyan el logro de nuestros objetivos, se encuentran:

- Espacios formativos a través de capacitaciones, en donde los estudiantes adquieren información relacionada con estilos de vida saludables, factores protectores, competencias ciudadanas y conservación del medio ambiente, deberes y derechos, valores y principios que les permitan tomar decisiones asertivas frente a las diferentes problemáticas que deben afrontar.

- Realización del proyecto de vida de los estudiantes, ayudándolos a fortalecer la toma de decisiones. Para esto se elaboró una guía para bachillerato y otra para preescolar y primaria. Con esto los llevamos a reflexionar sobre quiénes van a ser en la vida, cómo se encuentran en el presente, analizando su situación actual, cuáles son sus aspiraciones y los pasos para lograr sus metas. Así ellos se van dando cuenta que existen otras alternativas de solución para los problemas.

- Dentro de las actividades de promoción y fomento de estilos de vida saludables se vienen desarrollando actos culturales, deportivos y recreativos, como la rumba, la semana de prevención del consumo de sustancias psicoactivas (SPA) y la excursión de la sexualidad, que consiste en una semana en la que cada curso realiza diferentes actividades alrededor de este tema.

- Desarrollo de capacitaciones con padres de familia, docentes y funcionarios administrativos a través de talleres y conversatorios programados por cada uno de los proyectos que integran el macroproyecto, con la participación de entidades como la secretaría de salud municipal y departamental y con temas relacionados con el fomento de estilos de vida saludable, educación sexual, construcción de ciudadanía, uso y abuso de sustancias psicoactivas, entre otros.

- Pasantías de universidades como la UNAD, la Cooperativa de Colombia y la Surcolombiana, que conocen nuestra experiencia y envían a sus estudiantes para realizar su práctica profesional, quienes consideran que este proyecto los ha llevado a investigar, a tener más experiencias y a encontrarse directamente con situaciones que los tocan y les enseñan.

- Cada uno de los proyectos que conforman la experiencia realiza actividades de prevención para una vida saludable libre de adicciones, esto frente a la problemática del consumo de SPA, pero es a través del proyecto de promoción de estilos de vida saludable con énfasis

en la prevención del consumo de sustancias psicoactivas y del programa del servicio de orientación escolar, que se realiza la capacitación a los padres de familia ,a los estudiantes y al grupo de docentes sobre los temas de prevención y empoderamiento en el manejo de esta problemática.

- Se realizan acciones pedagógicas, estudios de casos, intervención en crisis, seguimiento a estudiantes con problemáticas especiales a través de la intervención de otros especialistas en mesas de trabajo con docentes y directivos. En estas actividades contamos con el apoyo de varias instituciones, como el C.T.I, con el programa Futuro Colombia; el programa DARE (Educación para la Resistencia al Abuso y Uso de las drogas) de la policía antinarcóticos; Profamilia; la policía de infancia y adolescencia; fundaciones como Picachos, vida y paz, y Los niños primero.

Logros y reconocimiento

Con esta experiencia hemos logrado un proceso educativo de calidad pues estamos proporcionando a los estudiantes y a su entorno familiar las herramientas necesarias y efectivas para que empiece a funcionar el cambio dentro de ellos, no sólo en lo académico sino en todo su entorno y en las competencias que necesitan para la vida. Con ello estamos aportando a cada estudiante para que sea una mejor persona, para que tenga un proyecto de vida y se visualice en el futuro, para que sepa cómo está ahora y qué pasos dar, para que identifique qué cosas debe cambiar en su relación con los demás y con el entorno, en su proceso pedagógico, en sus metas, en sus aspiraciones, para darle un sentido a su vidas. Y todo ello los lleva a un cambio de actitud, a poner en práctica pautas de mejoramiento para que su vida no vaya a ser un fracaso, cambiando su estilo de vida y los hábitos inadecuados que la mayoría traen desde su contexto y su entorno.

A partir de esto, lo mejor que podemos tener es el reconocimiento que nos están haciendo los niños, las niñas y los jóvenes estudiantes, así como sus padres, a quienes muchas veces los escuchamos hablando de la genuina preocupación del colegio por los muchachos; comentan que los traen a esta institución porque los profesores "si se dan cuenta lo que están haciendo, si están en contacto directo con ellos" pues no sólo se les informamos sobre los inconvenientes que se presentan con sus hijos sino que los empoderamos en factores protectores y en estilos de vida saludable. Este es el valor que los padres de familia dan a nuestros esfuerzos, el que hacemos los docentes, la rectora y los coordinadores como colectivo; muchos de ellos dicen: "desde que usted habló con mi hijo él ha cambiado". Y cuando comentan que los coordinadores si tienen mano firme, no es en el sentido de que vayamos a traumatizar a los estudiantes sino que estamos pendientes de que el joven de alguna manera crezca. Esto es lo que hemos identificado como salud mental.

Este reconocimiento a nuestra labor es algo que nos satisface e impulsa. En ocasiones nos encontramos con situaciones inesperadas, como fue el caso del joven estudiante muy bien presentado, con su carita muy bonita, muy arregladito, que llegó y dijo:"yo necesito que usted me ayude… es que yo consumo drogas"' y le preguntamos: "¿quién lo trajo?,

¿qué paso?", y él respondió: "yo me he dado cuenta que en este colegio ayudan mucho a los jóvenes que tienen drogas y me han contado de los talleres"'. Esto era algo que no se esperaba, pues resultaba inimaginable pensar que ese joven en particular afrontara un problema de drogas, pero a la vez es muy gratificante saber que nuestros estudiantes conocen nuestro trabajo y lo identifican como un medio de solución a esa clase de situaciones; lo que corrobora que nuestro macroproyecto institucional ha logrado reflejar y empoderar en nuestros niños, niñas y adolescentes una cultura de estilos de vida saludable, demostrando que es una estrategia eficiente y que vale la pena seguir trabajando para mantenerlo y mejorarlo.

También hemos ido logrando que nuestra institución se convierta en un factor protector para nuestros estudiantes, a la vez que la comunidad se va empoderando en la protección de sus niños, niñas y jóvenes, estableciendo compromisos y abriendo espacios generadores de estilos de vida saludables que hacen que esto se vea en la vida cotidiana en el barrio. Con esto se demuestra que si es posible cambiar los hábitos inadecuados a nivel familiar y social por estilos de afrontar la vida más sanos que se refleja en las interacciones con el otro y con el entorno.

Seguimiento a la experiencia

A nivel institucional realizamos el seguimiento a la experiencia a través de las mesas de trabajo, teniendo en cuenta las metas que tenemos fijadas, las cuales se han ido modificando pues la población que cada día llega resulta ser cada vez diferente, lo que nos obliga a un permanente monitoreo y flexibilización de las metas y los procedimientos planteados y así vamos evaluando la experiencia a medida que ejecutamos las actividades. Para ello nos reunimos, miramos qué vamos a cambiar y qué ajustes debemos hacer; también hablamos de cómo van los estudiantes y vamos sacando las conclusiones del proceso. Posteriormente se realiza la socialización con los jóvenes, que ha resultado una experiencia muy enriquecedora porque ellos se dan cuenta de cómo están, de lo que pueden mejorar y ven la proyección que pueden hacer hacia el futuro, identificando cómo lo van a lograr. Ahí también se obtienen ejemplos y evidencias relacionadas con los resultados, pues los estudiantes muestran lo que han aprendido a través de trabajos manuales, proyectos, presentaciones. Con eso nosotros armamos una carpeta que presentamos a toda la comunidad educativa para que vean lo que se ha logrado.

Como equipo también nos evaluamos en las mesas de trabajo. Miramos las diferentes áreas de gestión, revisamos cómo vamos en lo administrativo y en lo pedagógico, y luego hacemos un plan de mejoramiento. Es como un reto cada día, debemos mejorar los procesos porque cada vez se nos presentan situaciones diferentes con los estudiantes y las experiencias son muy diferentes; hay días que tenemos casos que nunca se nos habían presentado y esos son retos. Hay un aprendizaje continuo y está siempre la necesidad de actualizarnos frente a la manera de abordarlos.