

Los temas transversales son contenidos educativos valiosos para la sociedad y que afectan a todas las áreas y a todas las edades.

Una aproximación práctica a la Educación para la Salud desde la prevención del consumo abusivo de alcohol.

Valores y Transversales Propuesta práctica preventiva

Carmen Pereira / Encarnación Sueiro

Introducción

Cuando nos planteamos realizar una educación saludable, hemos de tener en cuenta diferentes cuestiones:

En primer lugar, debemos saber de qué hablamos cuando hacemos referencia a la Salud, concepto que, como ya señaló la OMS (1946), no es sólo la ausencia de enfermedades, sino la mejora de la calidad de vida, considerando todos los aspectos de la persona, interrelacionando entre sí y con el medio en que se encuentra. Así, que aquella depende de la interacción de cuatro variables: *ambiente*, *estilos de vida*, que es la de mayor peso, *biología humana y los sistemas de asistencia sanitaria*, tal como, en su momento, señaló Lalonde, en 1974.

En segundo lugar, para que las personas hagan lo que puedan tanto individual como colectivamente para mantener, alcanzar y/o mejorar la Salud, adopten y mantengan los cambios necesarios y, si es preciso, busquen ayuda, hemos de hacer *Educación para la Salud (EpS)*, como vía para realizar Promoción de la Salud, Prevención de Riesgos y Restauración de la Salud, lo cual supone realizar actividades que, además, permitan que las personas conozcan cómo alcanzar la Salud, se interesen y deseen estar sanas y se encuentren dispuestas a intentar los cambios necesarios.

Y, en tercer y último lugar, la LOGSE considera a la EpS como uno de los **Temas Transversales** de la Educación. Siendo éste el aspecto que nos ocupa, nos extendemos un poco más en él.

En general, podemos decir que hay dos maneras de realizar EpS en los centros educativo-formativos:

a) Parcial: cuando se hace de forma esporádica, asistemática, en un tiempo corto, sin continuidad y con escasas conexiones con el currículo académico. Pueden incluirse uno o varios temas de Salud o algunos contenidos y/o actividades de Salud en las materias tradicionalmente establecidas. O bien se puede desarrollar EpS a través de las actividades extraescolares, que se organizan desde el propio ámbito educativo o por la iniciativa de otras organizaciones y se plantean como voluntarias, abiertas, flexibles y realizadas dentro y/o fuera del horario habitual. En ellas pueden participar las/os especialistas, profesionales externas/os al medio escolar.

b) Total: supone un modo sistemático y organizado de hacer EpS y puede llevarse a cabo:

- mediante la creación de una nueva disciplina, que funcionaría de igual forma que las ya establecidas,
- desde las diferentes materias que ya existen, haciendo más saludables los contenidos de éstas,
- o bien, puede impregnarse el conjunto de la organización educativa, implicando a quienes trabajan en el centro y a la comunidad en su totalidad. Serían tres los elementos a tener presentes: la EpS en el currículo formal, en el currículo oculto y en las relaciones desarrolladas

entre la familia, el centro educativo-formativo y la comunidad en que está inmerso, es decir, en el currículo informal.

Cada una de las diversas maneras de integrar la EpS en la enseñanza tiene sus ventajas y sus inconvenientes y a mayor nivel de integración, mayor dificultad en alcanzarla. En nuestro país, la Reforma Educativa, considera a la EpS como uno de los Ejes o Contenidos Transversales de la Educación (Educación del-a consumidor-a, Educación para la Igualdad de Oportunidades, Educación para la Paz, Educación Ambiental, Educación para la Salud, Educación Sexual, Educación Vial y Educación Moral), lo que significa que conforman un conjunto de contenidos de especial relevancia para el desarrollo de la sociedad durante los últimos años (MEC; 1989) y que, además, son objeto de una fuerte demanda social, correspondiéndose con un proyecto válido de sociedad y de educación (MEC; 1992) y no parece apropiado incluir estos aspectos en el currículo ni como áreas aisladas ni como bloques de contenidos dentro de un área (MEC; 1989). Se trata de impregnar las unidades didácticas ya existentes de Contenido Saludable -pretendiendo, con ello, desarrollar otros ámbitos de la persona: afectos, habilidades sociales, integración social...-, con lo que se promueven procesos y experiencias con proyección de mayor cualificación educativa (García, 1992).

En palabras propias de la Reforma "los temas transversales constituyen aquellos contenidos educativos valiosos, que responden a un proyecto válido de sociedad y de educación, y que, por consiguiente, están plenamente justificados, dentro del mar-

co social en el que ha de desarrollarse toda la educación. Son contenidos de enseñanza-aprendizaje que no hacen referencia directa a ningún área curricular concreta, ni a edad o etapa en particular, sino que son contenidos que afectan a todas las áreas y que deben ser desarrollados a lo largo de toda la escolaridad" (MEC, 1993).

En los centros educativos, se incorpora la EpS en cada uno de los tres niveles de enseñanza y en el Proyecto Educativo de Centro (PEC), en el Proyecto Curricular de Etapa y en las Programaciones que realiza el profesorado (MEC; 1992) y en los siguientes elementos curriculares:

- Los Objetivos Generales de cada etapa.
- Las Introducciones a las Áreas.
- Los Objetivos Generales de las Áreas.
- Los Contenidos (Conceptuales, Procedimentales y Actitudinales).
- Los Criterios de Evaluación y mejora del proceso educativo.
- Pero, además, es necesario que esté reflejada en la Acción Tutorial.

Aunque cabe pensar que ésta es la mejor de las estrategias para hacer Promoción de la Salud y Prevención de Riesgos, sin embargo, se aprecian muchas dificultades para llegar a implantarse tal como antes se indicaba, en nuestro país, debido a múltiples razones, tales como la necesaria formación permanente del profesorado, su posible falta de motivación, la escasa experiencia en el trabajo intra e interdisciplinar, la carencia de recursos didácticos apropiados para la formación, la adecuación de horarios y su flexibilidad, la movilidad del profesorado... Quizá tengamos que dejar transcurrir más tiempo, para poder

hacer una valoración más positiva, dado que lo que sí es cierto es que, aunque de manera parcial, se aprecian pequeños intentos de integrar la EpS en algunos centros escolares, por parte de algunas/os miembros de la comunidad educativa.

Teniendo en cuenta lo antes dicho, ¿cómo iniciar experiencias donde los temas transversales se encuentren interrelacionados y además estén presentes en las áreas curriculares?

Nosotras, a modo de ejemplificación, vamos a realizar una aproximación a la transversalidad teniendo como objetivo la prevención del consumo abusivo de las bebidas alcohólicas, hecho tan común hoy en día entre la juventud y casi como la única alternativa al ocio y tiempo libre.

Sugerencia de actividades

Consideramos que para lograr el objetivo antes indicado habría que tener en cuenta los siguientes bloques, referidos al concepto de alcohol, a las consecuencias de su uso/abuso y a los determinantes del mismo, esto es, a la persona, a la sustancia y al contexto.

A. ¿Qué entendemos por alcohol?

Según Porras (1995) Droga es cualquier sustancia química que cuando alguien la toma cambia el funcionamiento de su cuerpo, o la forma en que actúa, piensa o siente. Así pues, el concepto de Droga reúne las siguientes características:

- es una sustancia,
- es necesario introducirla en el organismo para que tenga efectos,
- modifica, incide y altera el sistema nervioso central,
- puede causar dependencia.

1. Para responder en Gran Grupo (GG): de todas las sustancias que presentamos a continuación, cuáles entrarían en la definición dada por Porras: es decir, cuáles se considerarían drogas (para contestar a ello podrán hacer uso del diccionario o consultar a personas expertas):

- Los estupefacentes
- Las golosinas
- Los refrescos
- Las bebidas alcohólicas
- El tabaco
- Los frutos secos
- Los psicotrópicos

2. Finalizaremos reflexionando y contestando a la cuestión ¿Es el alcohol una droga? ¿Por qué?

3. Traerán al aula diferentes anuncios publicitarios relativos a bebidas alcohólicas, los cuales se distribuyen en Pequeño Grupo (PG) para que, a través de los mismos y en un Panel, definan lo que es el alcohol, respondiendo al siguiente guión:

- ¿Qué es?
- ¿Qué tipos de bebidas alcohólicas existen?
- ¿Cómo se utiliza?
- ¿Quiénes lo consumen?
- ¿En qué tipo de ambientes se utiliza?
- ¿Qué consecuencias produce?

4. Con las características definidas más relevantes y/o que más se repitan, elaborarán, en GG, el concepto de Alcohol.

Áreas de conocimientos: Ciencias Naturales, Ciencias Sociales, Lengua Española.

Contenidos Transversales: Educación para la Salud, Educación para el Consumo, Educación Ambiental, Educación Vial.

A. ¿Qué consecuencias derivan del uso/abuso del alcohol?

1. Se divide el aula en siete PG, distribuyéndose a cada cual cuatro de los refranes que aparecen en el cuadro que sigue.

2. Cada PG elaborará, a través de los refranes que les han correspondido, las enseñanzas que transmiten acerca de las consecuencias del consumo abusivo del alcohol:

Refranes alusivos al alcohol

- ✓ Dónde el vino entra, la verdad sale.
- ✓ A buen vino, no hay mal bebedor.
- ✓ A la carne, vino y si es jamón, con más razón.
- ✓ Al hombre viejo, vino nuevo.
- ✓ A mucho vino, no hay cabeza.
- ✓ Bebe, que te rías del vino, y déjalo, antes que se ría de ti el vino.
- ✓ Beber con medida, alarga la vida.
- ✓ Bebe vino cada día; pero nunca en demasía.
- ✓ Bebida con buenos amigos, sabe bien cualquier vino.
- ✓ Comer y beber, echa la casa a perder; dormir y holgar, no la puede ganar.
- ✓ Quien se entrega a la bebida, en poco estima su vida.
- ✓ A poca comida, poca bebida.
- ✓ Dijo el sabio Salomón que el buen vino alegra el corazón.
- ✓ Dijo San Pablo que el vino lo hizo Dios, y la borrachera el diablo.
- ✓ Dónde el vino entra, la razón mengua (o se ausenta).
- ✓ Dijo la leche al vino: "Seáis bienvenido amigo; pero no uséis mucho este camino".
- ✓ El buen vino alegra los cinco sentidos: la vista por el color; el olfato, por el olor; el gusto, por el sabor; el tacto, por lo que agrada coger el vaso, y el oído, en el brindar, por el tintín de los vasos al chocar.
- ✓ Si quieres que el vinillo no te haga daño, échale un remiendillo del mismo paño.
- ✓ El vino, comerlo, y no beberlo.

- ✓ El vino da fuerzas, y el vino las quita.
- ✓ El vino más bueno, para quien no sabe mearlo es un veneno.
- ✓ Tras todo, vino; pero no sigas el camino.
- ✓ Vino añejo, leche es para el viejo.
- ✓ A poca comida, poca bebida.
- ✓ Donde entra mucho vino, todos los vicios tienen camino.
- ✓ Amigos de taberna, amigos de mierda.
- ✓ Quien es amigo del vino, de sí mismo es enemigo.
- ✓ El comer y el beber no quieren prisa.

Fuentes: CASTILLO DE LUCAS, A., *Refranes de Medicina*, ESSE Editorial, Orense, 1987. GUIPPINI, E., *Refranero Gallego*, Edición do Castro, Coruña, 1991.

3. En GG, se confeccionará un decálogo, con el listado de las 10 enseñanzas más relevantes extraídas desde cada uno de los PG, sin que se repitan. El decálogo quedará fijado en un Panel en el aula, a modo de reflexión.

Áreas de conocimientos: Ciencias Sociales, Lengua y Literatura, Ética, Plástica.

Contenidos transversales: Educación para la Salud, Educación para el Consumo, Educación del Medio Ambiente, Educación Moral, Educación Vial.

C. ¿Cuáles son los determinantes del consumo del alcohol?

C.1. LA PERSONA

1. Se reparte, en fotocopia, a todo el grupo el texto de la canción de Maná, para que la lean de manera individual. A continuación se pasa a su audición (el CD o la cinta puede traerla de su casa la/el alumna/o que la tenga) y se subrayarán las palabras o frases más significativas.
2. Se forman PG, de cinco personas cada uno, y responderán a las cuestiones:

CLAVADO EN UN BAR

MANÁ (1999)

TODOMANÁ. Grandes éxitos.
México. WEA

Aquí me tiene bien clavado
soltando las penas en un bar
brindando por su amor.

Aquí me tiene abandonado
bebiendo tequila para olvidar
y sacudirme hacia el dolor.

¿Dónde estás bendita, dónde te has metido?
abre un poco el corazón, deja verte corazón
ven y sácame de este bar.

Estoy clavado, estoy herido
estoy ahogado en un bar
desesperado hoy en el olvido amor,

estoy ahogado en un bar.
Siempre te gustan demasiados
que te pretenden cantidad

pero eso no es felicidad
y mi amor nunca se raja
mi amor nunca jamás te va a faltar, nunca jamás.

¿Dónde estás maldita, dónde te has metido?...

Estoy clavado, estoy herido...

Déjate querer, amor,
quiero ser tu todo y tu corazón.

Ven a rescatarme, amor,
yo quiero ser tu sol

yo quiero ser tu mar.

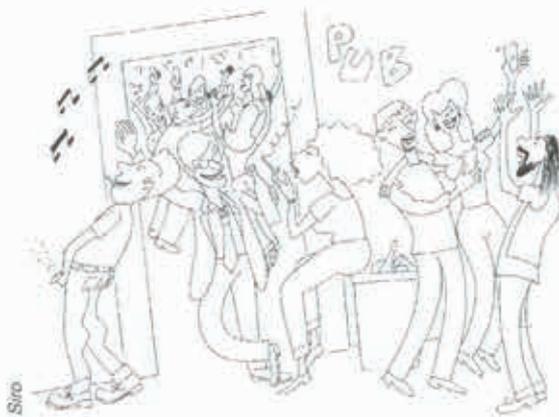
Aquí me tiene embriagado
llorando de rabia en un bar
brindando por su amor.

Aquí me tiene bien clavado
bebiendo tequila para olvidar todo
no es justo, amor.

Desesperado voy en el olvido
estoy ahogado en un bar.

Desesperado voy en el olvido
estoy ahogado en un bar.

- *Clavado en un bar* es el título de la canción, ¿qué significa?
- ¿Quién es la persona protagonista de esta canción? ¿Qué hace y por qué? ¿Cuál es su estado de ánimo y por qué lo sabes?
- "bebiendo tequila para olvidar", ¿es ésta una buena receta? Enumerad otras formas de olvidar más saludables.
- Cuando nos encontramos en situaciones difíciles, ¿cómo nos sentimos? ¿Somos capaces de salir solos/as de ellas o precisamos que alguien nos eche una mano?
- ¿Bajo qué expresiones pide ayuda la persona protagonista? ¿Qué necesita? y ¿qué ofrece?
- ¿Cómo concibe la felicidad? ¿Qué decís acerca de esto?
- Si la protagonista fuese una chica, ¿su comportamiento sería similar? ¿Por qué?
- ¿Conocéis la bebida consumida en esta canción? ¿De qué? ¿De dónde es originaria? ¿Qué tipo de bebida es? Además de ésta, ¿qué otras bebidas alcohólicas y mezclas se consumen? ¿Qué combinados no alcohólicos se pueden elaborar?
- ¿Qué otras canciones de cantantes o grupos musicales vinculadas al uso/abuso de las bebidas alcohólicas nos vienen a la mente?
- 3. Cada portavoz de los PG expone, al GG, las reflexiones establecidas.
- 4. Se le proyecta, también al GG y mediante Transparencia, la viñeta de Siro, ante la cual resolverán las siguientes cuestiones:



- ¿Guarda relación o no con la canción anterior? ¿En qué?
- ¿Qué actividades realizan las personas presentes en la viñeta y dónde se encuentran?
- ¿Qué suele hacer la gente que conocemos cuando sale a divertirse con sus amistades? ¿A qué lugares acuden? ¿Se comunican? ¿Cómo lo realizan?
- El ambiente de la canción y el de la viñeta. ¿son lugares de encuentro o de desencuentro? ¿Para qué?
- ¿Conocéis otras formas de diversión? Enumeradlas.
- ¿Qué habéis oído o leído acerca de:
 - * la apertura nocturna de recintos deportivos?
 - * los bailes de salón?
 - * los cursos de cocina?
 - * ciclos de cine-forum?
 - * la apertura de sedes de asociaciones vecinales y culturales?
 - * las celebraciones de libro-forum, tertulias literarias, concursos, dibujo, fotografía...?
 - * los conciertos donde reparten refrescos y combinados sin alcohol?
 - * los bonos canjeables por CD's o entradas a competiciones deportivas, que regalan al consumir bebidas sin alcohol?

*...?

- ¿Qué opináis acerca de esto? ¿Son lugares de encuentro o de desencuentro? ¿Para qué?
- ¿Qué o quién/es es/son los responsables últimos de lo que ocurre en la canción y en la viñeta?

Áreas de conocimientos: Música, Ética, Tutoría, Lengua y Literatura, Lenguas Extranjeras.

Contenidos transversales: Educación para la Salud, Educación para el Consumo, Educación para la Igualdad, Educación del Medio Ambiente, Educación Moral, Educación Vial.

C.2. LA SUSTANCIA

1. En un papel en blanco, de forma individual y anónima, han de anotar la bebida alcohólica y no alcohólica que más consumen durante el fin de semana (viernes, sábado y domingo), así como el número de copas/vasos de la misma.
2. Se recogen todos los papeles y se realiza el cálculo estadístico del consumo medio de cada persona, en cada una de las bebidas. Según esta media, se ordenará el consumo de mayor a menor y se exponen los resultados en la mitad de la pizarra.
3. A cada PG se les distribuye el cuadro que sigue, para que determinen cuáles son, de las que consumen, las bebidas más alcohólicas. Las ordenarán de mayor a menor graduación alcohólica y se escriben en la otra mitad de la pizarra. Y, responderán a lo siguiente: ¿coincide este orden con el establecido anteriormente?

te? Una vez comparados los resultados, realizamos una valoración crítica de los mismos, en GG

	Unidades de alcohol
- 1 copa de licor (whisky, ginebra, vodka)	2
- 1 copa de vino fino (jerez, oporto, vermut)	1
- 1 vaso de vino de mesa	1
- 2 cañas de cerveza (1/2 litro)	2
- 1 lata de cerveza	1
- 1 botella de vino de mesa (3/4 de litro)	7
- 1 botella de vino de mesa (1 litro)	10
- 1 botella de vino fino (jerez, oporto, vermut)	14
- 1 botella de licor (whisky, ginebra, vodka)	30

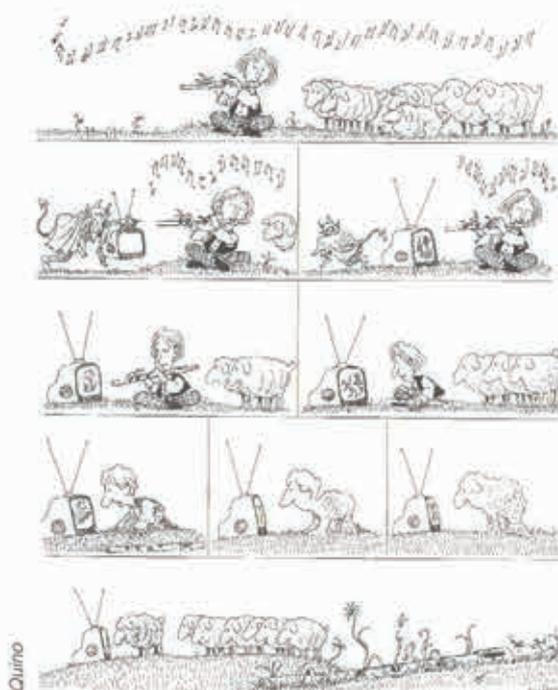
Fuente: EDEX KOLECTIBOA, *Si bebes en exceso, ¡Te la pagas!* Ministerio de Educación y Ciencia, Ministerio de Sanidad y Consumo, Ministerio de Asuntos Sociales, Bilbao, 1993.

Áreas de conocimientos: Matemáticas, Química, Ciencias Sociales, Ciencias Naturales.

Contenidos transversales: Educación para la salud, Educación para el Consumo, Educación del Medio Ambiente, Educación Moral, Educación Vial.

C.3. EL CONTEXTO

1. Para responder en GG: ¿Dónde se encuentra la publicidad?
2. Uno de los medios donde está presente es la televisión. A continuación, al GG se le proyecta en Transparencia el cómic de Quino sobre la TV, del que van hacer una lectura en voz alta respondiendo a las siguientes preguntas:
 - ¿Qué ocurre en esta historietita?
 - ¿Quién lleva el televisor?
 - ¿A quién atrae la televisión?
 - ¿Qué cambios logra la televisión?
 - ¿Qué estrategias emplea la televisión para convertirse en un medio tan poderoso?
 - ¿Es importante saber adoptar actitudes críticas? ¿Por qué?
 - ¿Que significado tiene "aborre-



Quirno

garse"? ¿Tiene la misma connotación que "asociarse" o que "participar"?

3. Y nosotras-os, lo que hacemos, ¿coincide con lo que aparece en la tabla que sigue y que realizaba la juventud en 1988? Para responder se proyectará en transparencia la Tabla:

DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO DE OCIO EN LA JORNADA-PROMEDIO

TOTAL TIEMPO DE OCIO5H. 7'
VER LA TELEVISIÓN2H. 1'
CHARLAR/COPAS1H. 15'
PASEAR22'
ESCUCHAR MÚSICA15'
LEER LIBROS14'
SIN HACER NADA11'
PRACTICAR UN DEPORTE9'
ESCUCHAR LA RADIO8'
PRACTICAR UNA "AFICIÓN"8'
LEER PRENSA4'
"JUEGOS"4'
BAILAR4'
EXCURSIÓN/BAÑO4'
ACTIVIDADES ASOCIATIVAS2'
ASISTIR A ESPECTÁCULOS2'
ACTIVIDADES RELIGIOSAS2'

Fuente: ZARRAGA, J.L. de, *Informe de la Juventud en España 1988*. Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la Juventud, Madrid, 1989

4. En GG se valorará la situación en que se encuentra el aula con respecto a lo que dice esta encuesta y responderán a las cuestiones:

- ¿Por qué se dedica la mayor parte del tiempo de ocio a ver la televisión?
- ¿Cómo influye la televisión en el consumo abusivo de alcohol?
- La influencia de la televisión, en dicho consumo, ¿es sólo a través de la publicidad?

Enumerad otras maneras que tiene la televisión de transmitir mensajes (si no saben responder a esta cuestión, pueden preguntar en casa).

Áreas de conocimientos: Ciencias Sociales, Lenguaje, Medios Audiovisuales, Ética, Plástica.

Contenidos transversales: Educación para la Salud, Educación para el Consumo, Educación para la Igualdad, Educación del Medio Ambiente, Educación Moral, Educación Vial.

D. A modo de conclusión

1. El GG ha de elaborar una campaña preventiva del abuso en el consumo de alcohol, para ello, en primer lugar, han de decidir cuáles son los objetivos de la misma.
2. Teniendo en cuenta los objetivos, antes enumerados, cada PG diseña la intervención, para el desarrollo de dicha campaña, de cada uno de quienes son agentes de salud: LA FAMILIA, EL PROFESORADO, EL ALUMNADO y LOS MEDIOS DE COMUNICACION.

Además, han de dar un nombre a la campaña.

3. Cada PG expondrá, mediante Transparencias, la intervención que va a desarrollar el o la agente de salud que le ha correspondido, así como el nombre que ha otorgado a dicha campaña preventiva.
4. En GG y por votación se decide, entre todos los nombres expuestos, aquel que resulte más atractivo y sugerente.
5. Se integrará todo lo diseñado y expuesto por cada PG en una única campaña, en la que participarán quienes son agentes de salud, bajo el título seleccionado.
6. Por último, se intenta poner en práctica la campaña elaborada, parcial o totalmente, en el centro educativo-formativo.

Áreas de Conocimientos y Contenidos Transversales: Todas y todos. ■

Para saber más

GARCÍA, J., *Las materias transversales como criterio de calidad educativa*. Granada: Proyecto Sur, 1992.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIA, *Diseño Curricular Base*. Madrid, 1989.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIA, *Materiales para la Reforma*. Transversales; Madrid, 1992

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIA, *Las transversales y áreas curriculares*. Madrid, 1993.

PORRAS, J., *"Y después de colocarnos ¿qué? El alcohol en la COMUNIDAD DE MADRID"*, *Transversalidad: Educar para la vida*, Ministerio de Educación y Cultura Dirección Provincial de Madrid, Madrid 1995, pp. 97-134.

VEGA, A., *"La prevención, la eterna cuestión pendiente"*. En VARIOS: *Drogas. Cambios sociales y legales ante el tercer milenio*. Dikynson, Madrid, 2000, pp. 167-188.