

TIC Y CONDUCTAS DE RIESGO EN PRIMARIA: PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD EN LA ESCUELA

Amalia Reina Giménez

amalia.reina@uco.es

Bárbara Luque Salas

bluque@uco.es

Victoriana García García

ed1gargv@uco.es

M^a Victoria de Larriva Casares

vlarriva@uco.es

M^a Soledad Blanco Ruiz

marisol.blanco@uco.es

Esther Cuadrado

esther.cuadrado@uco.es

Francisco García Torres

z12gatof@uco.es

**Departamento de Psicología
Facultad de Ciencias de la Educación**

Abstract

The main objective of the present educational innovation project was to develop a formative program in order to provide to the future teachers in primary education the required skills to act as prevention agents, specifically, in risk behaviors related with the use of ICT in school.

To achieve this objective, a series of actions were carried out from a psychoeducational perspective to promote the reflection on the different risk factors and healthy habits in the use of ICT during the primary stage (6-12 years).

Keywords: ICT; risk behaviors; healthy habits; prevention; primary education.

Resumen

El objetivo de este proyecto de innovación educativa ha sido poner en marcha un plan de formación para dotar a los futuros maestros y maestras en Educación Primaria de las competencias necesarias para desarrollar su papel como agentes de prevención en la escuela, concretamente en las conductas de riesgo relacionadas con el uso de las TIC en la edad escolar. Para ello se han realizado un conjunto de actuaciones desde una perspectiva psicoeducativa que han promovido la reflexión en torno a los factores de riesgo y los hábitos saludables en el uso de las TIC durante la etapa de primaria (6-12 años).

Palabras clave: TIC; Conductas de riesgo; hábitos saludables; prevención; educación primaria.

1. INTRODUCCIÓN

Este proyecto ha partido de experiencias anteriores en las que hemos tratado de dotar a los futuros maestros y maestras de Educación Primaria de una formación específica en Psicología de la Salud, desde una perspectiva más amplia, que les permitiera identificar los factores psicosociales que inciden en la salud de los niños y niñas de educación primaria, conocer sus necesidades básicas y prevenir conductas de riesgo en la escuela. En esta tarea se avanzó en los proyectos de innovación educativa de los cursos 13-14 y 14-15 **con la** creación de recursos educativos online para la promoción de la salud y prevención de conductas de riesgo en la escuela. Todos estos intentos innovadores han pretendido paliar la carencia detectada en esta titulación al no impartirse la materia denominada Psicología de la Salud, que sí forma parte del tercer curso del Grado en Educación Infantil.

Este proyecto se enmarca en la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Córdoba donde se imparte el Grado en Educación Primaria y cuenta con una formación teórica-práctica muy diversa pero escasa en contenidos relacionados con la Psicología de la Salud durante la etapa de primaria (6-12 años) desde una perspectiva psicoeducativa. En este marco un grupo de profesoras de esta titulación, responsables de materias del área de la Psicología Evolutiva y de la Educación -algunas de ellas profesoras asociadas que profesionalmente forman parte de la Unidad de Drogodependencias y Conductas Adictivas de la provincia de Córdoba-, hemos pretendido ofrecer un conjunto de actuaciones dirigidas a promover en nuestro alumnado de Educación Primaria un marco para la reflexión y la actuación en la toma de conciencia de su papel como agentes para la prevención de conductas de riesgo relacionadas con el uso de las nuevas tecnologías y el juego patológico (Echeburúa y Corral, 2010).

La infancia es una época del desarrollo vital en la que se adquieren los principales hábitos de vida que se consolidarán con los años y creemos que es necesario intervenir en la etapa de primaria en relación al uso de las nuevas tecnologías, internet, el móvil, los juegos interactivos, que cada vez más se instalan en la vida cotidiana de los más pequeños a edades más tempranas y que se utilizan de forma abusiva y patológica. Por ello, es necesaria la formación de los futuros maestros y maestras para abordar la prevención frente a un problema actual y muy demandado por la sociedad en colaboración con la familia.

Nuestra propuesta en este proyecto de innovación ha sido ofrecer a nuestro alumnado un plan de formación e intervención dirigido por los maestros y maestras en el marco de la Educación para la Salud y específicamente diseñadas para modificar los factores de riesgo relacionados con el uso de las TIC en la edad escolar.

2. OBJETIVOS

El objetivo principal del proyecto de innovación educativa que hemos desarrollado se ha centrado en dotar a los futuros maestros y maestras de Educación Primaria de una formación específica en relación a la prevención y actuación para desarrollar hábitos saludables en el uso de las TIC durante la etapa de primaria (6-12 años) desde una perspectiva psicoeducativa. Para ello, se trabajó en dos direcciones:

1. Fomentar la reflexión en nuestro alumnado de Educación Primaria a través de debates en el aula con el objetivo de tomar conciencia de su papel como agentes de salud para la prevención de conductas de riesgo en relación a las TIC en la edad escolar.
2. Ofrecer un conjunto de experiencias de otros profesionales que trabajen en este campo y que sean referentes en actuaciones destinadas al desarrollo de hábitos saludables en el uso de las nuevas tecnologías, internet, el móvil y los juegos interactivos.

3. DESCRIPCIÓN DE LA EXPERIENCIA Y METODOLOGÍA

El proyecto se ha organizado en dos fases, ofreciendo una serie de actividades para profundizar en temas de salud y de prevención de conductas de riesgo en el uso de las TIC:

En una **primera fase** se han realizado debates a cargo del profesorado responsable de este proyecto que en su mayoría ha impartido la asignatura de Psicología de la Educación y del Desarrollo en el Grado en Educación Primaria, algunas de ellas integrantes de la Unidad de Drogodependencias y Conductas Adictivas de la provincia de Córdoba.

Con esta actuación hemos tratado de profundizar en el concepto de salud entendiéndolo como un estado de completo bienestar físico, mental y social, en donde la pérdida de control y la dependencia a las TIC son perjudiciales para su bienestar y hemos procurado contribuir a la construcción de una escuela que incorpore actuaciones que promuevan el uso controlado y no patológico de las nuevas tecnologías, internet, el móvil y los juegos interactivos teniendo en cuenta que un mal uso de las TIC en estas etapas puede provocar interferencias para alcanzar mejor los objetivos académicos.

La meta ha sido formar al futuro profesorado como agente preventivo natural en el aula sensibilizando a esta población y fomentando un cambio actitudinal destinado a transformar las prácticas educativas tradicionales. En este sentido, una base teórico-práctica en torno a la promoción de la salud y a la prevención de conductas de riesgo en relación a las TIC ha sido necesaria.

En este contexto, hemos pretendido reflexionar con el alumnado en las siguientes cuestiones:

¿Cuáles son las conductas no saludables del alumnado en la etapa escolar de primaria en relación al uso de las TIC?

¿Cuándo se considera que una conducta o un hábito es patológico?

¿Cuáles son las señales tempranas de riesgo que pueden predecir conductas de riesgo en el uso de las TIC en el futuro?

¿Cómo planificar la prevención de conductas de riesgo en el uso de las TIC en los niños y niñas?

¿Qué experiencias existen que nos pueden servir de guía?

¿Cuáles son las estrategias educativas más adecuadas en la prevención de conductas de riesgo en el uso de las TIC?

¿Cómo se diseña, coordina y evalúa una Escuela de madres y padres para poder contar con su ayuda en la prevención de conductas abusivas en torno a las TIC?

En una **segunda fase** se ha llevado una formación para la prevención de conductas de riesgo en el uso de las TIC más especializada, a través de seminarios a cargo de Manuel Cazallo Muñoz -Educador Social del Instituto Provincial de Bienestar Social de Córdoba de la Diputación Provincial-. En cada uno de ellos se ha profundizado en el desarrollo de hábitos saludables en el uso de las nuevas tecnologías, internet, el móvil y los juegos interactivos.

Los materiales utilizados han sido propuestos por el profesorado participante en el proyecto, para responder a los objetivos iniciales marcados, entre los que podemos encontrar: lecturas facilitadas al alumnado por el responsable de impartir los seminarios formativos, presentaciones *PowerPoint* y bibliografía básica.

La metodología educativa utilizada en este proyecto se resume en los siguientes puntos:

- Actividades prácticas en el aula que han favorecido la reflexión de los futuros docentes sobre su papel como agentes de prevención y actuación para desarrollar hábitos saludables en el uso de las TIC durante la etapa de educación primaria.
- Clases magistrales a través de los talleres formativos, en los cuales se han explicado los factores psicosociales que inciden en la salud de los niños y niñas de primaria, sus necesidades básicas y cómo prevenir conductas de riesgo en la escuela. En este punto se han utilizado presentaciones por ordenador.
- Tutorías en donde hemos respondido a las demandas de información de nuestro alumnado.

Nuestra última meta ha sido llevar a cabo la programación de actividades diseñadas, tras detectar que era necesario intervenir y mejorar las representaciones previas sobre la salud y la formación de estos futuros maestros y maestras.

5. RESULTADOS OBTENIDOS

En general, podemos afirmar que este proyecto ha sido muy beneficioso para el alumnado y profesorado participante por dos razones fundamentales: en primer lugar nos ha permitido colaborar en la mejora de la formación específica del alumnado del Grado en Educación Primaria en relación a la salud; y en segundo lugar ha constituido una manera de mejorar su futura práctica docente para ofrecer estrategias, herramientas, conocimientos y actitudes que permitan a los niños y niñas mantener una buena salud física, psicológica y social, concretamente en relación al uso de las TIC.

No obstante, la realidad es que el tiempo ha sido escaso. El marco principal en donde se ha desarrollado este proyecto ha sido en la asignatura de Psicología de la Educación y del Desarrollo, que aun siendo anual, tiene un contenido teórico-práctico muy amplio a abordar a lo largo del proceso de enseñanza-aprendizaje y que, en algunos momentos, ha supuesto un problema para compatibilizarlo con el plan formativo del proyecto de innovación.

6. UTILIDAD/ANÁLISIS

Este proyecto inicia un camino para seguir trabajando en la formación del alumnado del Grado en Educación Primaria como futuros responsables de la prevención en la escuela en el campo de las TIC, para fomentar una buena salud física, psicológica y social de los niños y niñas de primaria. El grupo docente a cargo de los proyectos de innovación desarrollados en los cursos académicos 13/14, 14/15 y 15/16 ha contribuido a paliar la carencia detectada en el título de Grado en Educación Primaria, al no impartirse la materia denominada Psicología de la Salud que sí forma parte del tercer curso del Grado en Educación Infantil, más concretamente en relación a la prevención y actuación para desarrollar hábitos saludables en el uso de las TIC durante la etapa de primaria (6-12 años) desde una perspectiva psicoeducativa.

7. CONCLUSIONES/DISCUSIÓN

Para el desarrollo de este proyecto hemos partido de la idea de la prevención como la estrategia más efectiva frente a un problema extraordinariamente complejo. No es fácil cambiar la conducta de las personas o su forma de pensar. La investigación ha demostrado la escasa utilidad de la información o la insuficiencia de las estrategias represivas, poniendo de manifiesto que tales medidas – para ser efectivas – deben acompañarse de actuaciones destinadas al desarrollo de los individuos y de los grupos en el marco de la Educación para la Salud (Costa y López, 2008).

En este sentido, contribuir a la sensibilización de la sociedad, donde los problemas planteados por el mal uso de las TIC, ha permitido extender los esfuerzos preventivos a todos los ámbitos en que se desarrolla la actividad humana. La empresa, la familia, la comunidad, las instituciones, los grupos organizados, son todos ellos lugares idóneos para la prevención.

Concretamente, uno de los campos en el que hemos intervenido ha sido en la prevención escolar. Y para realizar esta labor, el profesorado requiere de una formación específica, información sobre los recursos disponibles y las estrategias necesarias para dotar en un futuro a su alumnado de las herramientas, los conocimientos y las actitudes que les permitan mantener una buena salud física, psicológica y social. Esta ha sido la meta última de este proyecto de innovación y en la que hemos obtenido buenos resultados.

Para terminar, consideramos que el buen profesorado es aquel que está preocupado por la innovación, se embarca en actividades de mejora educativa y, sobre todo, reflexiona acerca de sus aciertos y errores en este proceso (Monereo y Domínguez, 2014). En este sentido, nuestro propósito ha sido desarrollar nuevos proyectos, con metodologías distintas, intentando mejorar la formación de nuestros estudiantes despertando su curiosidad y, sobre todo, despertando nuestra ilusión en hacer prácticas educativas distintas, de intervención, eficaces y exitosas.

AGRADECIMIENTOS

A Manuel Cazallo Muñoz -Educador Social del Instituto Provincial de Bienestar Social de Córdoba de la Diputación Provincial- por su colaboración con este proyecto de innovación.

BIBLIOGRAFÍA

- AMIGO, I., FERNÁNDEZ, C. Y PÉREZ, M. *Manual de Psicología de la Salud*, Pirámide, 2009.
- COSTA, M. Y LÓPEZ, E. *Educación para la salud. Guía práctica para promover estilos de vida saludables*, Madrid, 2008.
- COSTA, M. Y LÓPEZ, E. *Educación para la salud. Una estrategia para cambiar los estilos de vida*, Madrid, 1996.
- COSTA, M. Y LÓPEZ, E. *Salud Comunitaria*, Barcelona, 1989.
- ECHEBURÚA, E. Y CORRAL, P. Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones* 2010/22 (2), p. 91-96.
- GONZÁLEZ, M. TERESA Y GARCÍA, L. “Psicología de la salud y educación para la salud. El contexto escolar como marco en prevención y educación para la salud”, *AULA* 1994/VI, p. 127-142.
- MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y MINISTERIO DE SANIDAD Y POLÍTICA SOCIAL. *Ganar salud en la escuela. Guía para conseguirlo*, Madrid, 2009.
- MONEREO, C. Y DOMINGUEZ, C. La identidad docente de los profesores universitarios competentes, *Educación XX1*, 2014/17(2), P. 83-104.
- OMS. *Promoción de la Salud a través de la Escuela. Informe de un Comité Experto de la OMS sobre Educación y Promoción de la Salud Integral en la Escuela*, Ginebra, 1997.
- OMS. COMISIÓN SOBRE DETERMINANTES SOCIALES DE LA salud. *Informe final. Subsana las desigualdades en una generación. Alcanzar la equidad sanitaria actuando sobre los determinantes sociales de la salud*, Buenos Aires, 2009.
- OMS. DOM NUTBEAM. *Promoción de la salud. Glosario*, Madrid, 1998.
- PEREA QUESADA, R. (dir.). *Promoción y educación para la salud. Tendencias innovadoras*, Madrid, 1996.
- VARIOS AUTORES. Educación y promoción de la salud. *Red Europea de Escuelas Promotoras de Salud. Salud Pública y Educación para la Salud*, 2001/1(1), p. 23-27.