

**VI Conferencia Internacional
Científico Pedagógica de Educación Física y Deportes.
Pinar del Río '07.**

Título: La educación preventiva: Una alternativa para los universitarios del deporte.

Autores: Lic. Rosabel Viera Rodríguez

Lic. Yennys Rodríguez Torres

M. Sc. Rita Rivero Sarduy

Institución: Facultad de Cultura Física, Camagüey

El Ministro de Educación, Luis Ignacio Gómez Gutiérrez, planteó en una ocasión: *“Hay que trabajar para que los problemas de salud estén integrados al proceso pedagógico y que parte de nuestra pedagogía y de nuestra educación sea, educar a niños y jóvenes para que sean ciudadanos sanos, para que tengan una noción de la vida cualitativamente superior”*.

Las investigaciones pedagógicas para dar respuesta al problema de las adicciones (alcohol, tabaquismo, droga) son muy escasas y las que existen tienen un corte clínico dirigido a pacientes y no a la prevención de las conductas adictivas en la escuela, donde se puede utilizar el tiempo libre para la realización de actividades recreativas que contribuyan a desarrollar una cultura antiadictiva.

Esto nos hizo plantearnos el problema ¿Cómo contribuir a desarrollar una educación antiadictiva en los estudiantes internos de la Facultad de Cultura Física en Camagüey?

De ahí se derivó, como objetivo de la investigación, proponer un sistema de actividades recreativas para una educación antiadictiva en los estudiantes de Facultad de Cultura física de Camagüey.

Se defiende la idea de que si se aplica un sistema de actividades recreativas caracterizado por un tratamiento informativo – educativo - formativo se logrará una conducta antiadictiva en los estudiantes del referido centro.

Para lograr la veracidad y rigor científico en el trabajo se utilizaron métodos de investigación teóricos y empíricos que permitieron fundamentar teórica y

metodológicamente la investigación; se aplicaron encuestas con la finalidad de determinar el conocimiento que poseían los estudiantes sobre el asunto.

La misión del profesor de Educación Física en Cuba es contribuir a la formación integral del estudiante, para ello es inevitable satisfacer las necesidades respecto a la práctica de las actividades físicas en el tiempo libre como elementos integradores y facilitadores de prevención en salud.

El egresado tiene que ser un profesional con sólidos conocimientos y habilidades pedagógico profesionales; con un pensamiento reflexivo transformador, de atención a la diversidad y al servicio permanente de la comunidad; garantizando un especialista que a través de las actividades físico, deportivas, recreativas posibilite ocupar creativamente el tiempo libre de los niños, adolescentes, jóvenes y adultos.

Si se parte de que el propósito de toda acción preventiva y educativa es sensibilizar acerca de los riesgos del consumo, enfrentar la presión grupal y acrecentar la responsabilidad respecto al problema; el profesional de la nueva Universidad del Deporte asume de hecho la recreación de la comunidad.

Para lograrlo es necesario:

- Proporcionar a los jóvenes universitarios recursos y habilidades necesarias para enfrentar de forma adecuada las situaciones relacionadas con el consumo de drogas.
- Educar a los jóvenes universitarios para la utilización de instrumentos que midan el grado de dependencia a sustancias adictivas.

A partir de las preferencias y necesidades de los estudiantes de la universidad del deporte camagüeyano se propusieron 91 actividades, de ellas 30 son totalmente recreativas, 24 educativas, 24 deportivas, 9 socioculturales y 10 ideológicas; cada una con objetivos específicos:

RECREATIVAS: Ofrecer satisfacción y alegría a la población.

DEPORTIVAS: Contribuir al mejoramiento de los índices de salud.

EDUCATIVAS: Aumentar el nivel de información en torno a la temática en cuestión.

SOCIO CULTURALES Y SOCIO POLÍTICAS: Aumentar el nivel cultural, a través de su intercambio e interrelación con la comunidad intra – extra muros.

La aplicación del sistema de actividades se inició a partir del mes de septiembre y culminó en el mes de junio del curso escolar 2005 – 2006 pero continúa en el presente.

La residencia alberga 263 jóvenes; 168 del sexo masculino y 95 del sexo femenino comprendidos entre las edades de 19 a 23 años, con un promedio de edad de 21 años,. De ellos 37 fuman sistemáticamente, 28 varones y 9 hembras, pero los fines de semanas acostumbran a ingerir bebidas alcohólicas en sus municipios de procedencia, por referencia de la psicopedagoga que los atiende. Al analizar la situación familiar de estos estudiantes, se comprueba que la problemática que los acompaña en el seno de su hogar no satisface las necesidades emocionales de un joven y utilizan sustancias (tabaco – alcohol) como vehículo que sirve para modificar su estado de ánimo.

Se comprueba que se logró el 100% de ejecución de las actividades propuestas, en las actividades de corte educativo no se logra espontáneamente la participación, sobre todo cuando participan invitados profesionales de la salud; en las mismas los participantes denotan gran interés por conocer aún más sobre la temática; para ello se emplean técnicas participativas.

En las acciones ideológicas asisten el 97,3% de los estudiantes y las organizaciones de masas y políticas cooperan en el desarrollo de ellas. Respecto a las socioculturales la asistencia es de 93,2% y es necesario continuar trabajando en función de lograr mayor participación.

Las actividades recreativas-deportivas permitieron a los jóvenes universitarios desarrollar su protagonismo y asumirlas como actividades destinadas a ocupar el tiempo libre estudiantil, considerándolas una necesidad para todos los seres humanos que posibilitan un aumento en la calidad de vida y la creación de un estilo de vida sano.

De los test que se aplican el de RICHMOND permite valorar el grado de dependencia a la nicotina y clasificar la misma, del total de fumadores siete

alcanza una puntuación superior a 7 lo que significa que presenta una elevada motivación por fumar y tienen una alta dependencia de la nicotina.

El test de FAGERSTROM mide el grado de adicción de una persona al tabaco, mientras mayor es la puntuación más elevada es la adicción; de los fumadores siete de ellos tienen una alta dependencia a la nicotina y coinciden con los que tienen alta motivación por fumar.

El test de GAGE analiza si la persona tiene problema con el alcohol o se considera una persona dependiente de esta sustancia, entre los siete casos que se estudian se comprueba que entre ellos la evaluación no excede de 2 puntos por lo que se consideran estudiantes en estos momentos que necesitan en algunas ocasiones de su consumo pero no se consideran aún dependientes total de la sustancia.

El cuestionario AUDIT es el test de identificación de trastornos relacionados con el uso del alcohol, de los siete jóvenes procesados, tres de ellos obtienen como resultado 3,7 y 7 puntos; el resto alcanza entre 9 y 11 respectivamente considerándose una puntuación mayor o igual a 8 y menor de 13 "bebedor de riesgo, "pueden sufrir problemas derivados del consumo o pueden correr riesgos a desarrollar dependencia.

Se aplicó una encuesta inicial para conocer el conocimiento que poseían los estudiantes sobre las adicciones, se detectó que el 59,73% no tienen conocimiento sobre las drogas, son mucho los casos que emplean parte de su tiempo a fumar o tomar en ocasiones sin conocer que ese mal hábito es clasificado como droga; en el caso que ocupa, en la residencia el 56,37% no conocían de esta información. Si se consumen las drogas son numerosos los cambios perjudiciales a los que el organismo es sometido, el 47,65% de los estudiantes son ajenos a este conocimiento. En la residencia existe un 32,88% que consume este tipo de drogas, unos con más frecuencia que otros, pero resulta que el 15,26% lo consume sistemáticamente, mientras que el 14,09% lo hace menos.

Se detectó que el 36,91% consume alcohol y tabaco producto que los problemas de su casa inciden directamente en su personalidad y actuar ante la

sociedad, el 32,88% cuando están en fiestas sienten la necesidad de consumirlas, incluso plantean que sino están acompañadas del alcohol o el tabaco la fiesta no tiene sentido, no se sienten a gusto; el 23,48% plantea que no necesariamente no debe de aparecer esos hábito de ingerir bebidas alcohólicas, pero se sienten mejor si la consumen. Del total de fumadores adictos, el 7,8% expresan que fuman por embullo y el 4,02% simplemente porque lo desea.

Al realizar la segunda encuesta para conocer el grado de satisfacción de las actividades luego de aplicado el sistema, el 71,81% expresan que se sienten satisfechos con las actividades que se realizaron, un 100% coincide que es de vital importancia estar fuera de las drogas, las actividades que tuvieron mayor preferencia por parte de los estudiantes fueron las recreativas y deportivas, el 93,23% expresa que existe una mejor organización de las actividades recreativas y que éstas contribuyen a la preparación integral del individuo y mantiene en total alerta al estudiantado a que se aproveche con mejor calidad su tiempo libre. Plantean que otra de las actividades que se pueden incluir son los paneles informativos que pueden abordar cualquier tema, que se realice con más sistematicidad los eventos deportivos.

De forma general se ha logrado mejoría en aquellos estudiantes que presentan determinados hábitos, hay que seguir trabajando fuertemente porque con los que continúan consumiendo este tipo de drogas, pero al menos se logro que todos tuvieran conocimiento de lo perjudicial que son, hay que mantener estas actividades para que los demás años tengan la posibilidad de aprender a amar sus vidas.

Hay que destacar que actualmente existen tres estudiantes que no fuman y cinco que no lo hacen tan sistemáticamente y expresan que ha sido producto a los conocimientos brindados en las actividades.

Es necesario destacar que una vez puesto en práctica el sistema de actividades existe un cambio por parte de los jóvenes y el personal de la residencia, ya todos los estudiantes y los trabajadores participan en las actividades que se realizan en la residencia, son pocos los casos de los estudiantes que fuman dentro de los cuartos, se ubican en otros lugares donde las

demás personas no necesariamente fumen junto con ellos de forma obligatoria, se ha logrado una unión entre los estudiantes y los trabajadores, la asistencia a las actividades ya va en ascenso lo que favorece su desarrollo, y se realizan con mejor calidad, los trabajadores apoyan esas actividades y lo principal es que aunque todos no hayan dejado de fumar o ingerir alcohol tienen pleno conocimiento de lo que puede ser sometido el organismo con relación al transcurso del tiempo y que de él y solo de él depende su lugar en la sociedad y luchar por elevar la calidad de vida.

Sobre la base de los resultados expuestos podemos concluir que:

1. La aplicación del sistema de actividades propuesto contribuyó a la prevención de las conductas adictivas en los jóvenes de la Facultad de Cultura Física de Camagüey.
2. Las actividades previstas según el cronograma se cumplieron al 100%, la actitud de los estudiantes fue positiva, se apreció que a medida que avanza el programa la participación es mayor y se modifican estilos de vida.
3. Las actividades de mayor preferencia fueron las recreativas, deportivas y educativas.
4. Del total de fumadores 7 tienen dependencia a la nicotina de los cuales 3 ya dejaron el hábito de fumar y con respecto a los que ingieren bebidas alcohólicas 3 se suponen como jóvenes con riesgo a desarrollar dependencia.

BIBLIOGRAFÍA

- "Impostergable combate para defender el presente y el futuro". Editorial. p3. En *Granma*. Ciudad de La Habana, 10 de enero del 2003.
- Arias Fernández, Francisco. "La encrucijada antidrogas en el 2003" En *Granma*. Ciudad de La Habana, 22 de enero del 2004.
- Castañedo Rojas, I. Promoción de salud / I. Castañedo, Ochoa Soto R, Coba Silvia M. La Habana: MINSAP, 1997.
- Clavijo Portieles, Alberto. "El Ejemplo: vacuna contra las adicciones" En *Adelante*. Camagüey, 13 de diciembre del 2003.
- Cuba MINSP. Resolución No.37/38. Programa del Ministerio de Salud Pública para la prevención del uso indebido de drogas y atención a la drogodependencia.
- Cuba, MINED. Programa Director de Promoción y Educación para la Salud en el Sistema Nacional de Educación. La Habana, 2003.
- De la Osa, José A. "Drogas Legales". En *Granma*. Ciudad de La Habana, 15 de noviembre del 2003.
- Hernández Salazar, Lidia B. *Propuesta de actividades de superación a docentes para prevenir el alcoholismo y tabaquismo en escolares con trastorno de la conducta categoría I*. Tesis de maestría (Título Académico de Master en Investigaciones Educativas). ISP "José Martí", Camagüey, 2003.
- Sandoval Ferrer, Juan Emilio. Alcohol, "Cuanto menos mejor". En *Trabajadores*. Ciudad de La Habana, 22 de noviembre del 2003.
- sitio: www.psicopedagogia.com Visitado día 9 de junio de 2005
- Zaldivar Pérez, Dionisio F. "¿Qué significa ser un adicto?"- En *Trabajadores*. Ciudad de La Habana. 3 de noviembre del 2003.