

El diario como material educativo para la promoción de una sexualidad saludable (2015-2018)

The diary as an educational material for the promotion of sexual health (2015-2018)

Lídice Mederos Villalón^{1*} <https://orcid.org/0000-0001-7391-0708>

¹Unidad de Promoción de Salud y Prevención de Enfermedades, Centro Nacional de Prevención de las ITS-VIH/sida. La Habana, Cuba.

*Autor para la correspondencia: lidicesmederos@infomed.sld.cu

RESUMEN

Introducción: Los diarios puede ser un instrumento a utilizar en los procesos de cambio de comportamiento.

Objetivo: Describir la construcción del material educativo “Diario de mi adolescencia”.

Métodos: En la confección del material participaron un total 14 personas entre especialistas, educadores para la salud y promotores. La construcción del diario tuvo lugar a través de un proceso polietápico. El diario está compuesto por varias secciones que impulsan al individuo a la reflexión y el análisis de su comportamiento y sugiere un cambio conductual. El material se validó tanto por un equipo de expertos como por la población meta a la cual fue dirigido. Las sugerencias como resultado del proceso de validación fueron incorporadas en su totalidad.

Resultados: Este material contribuye a elevar el conocimiento relacionado con la salud sexual, a fomentar la autonomía en la toma de decisiones y contribuye a la formación de valores como el compañerismo, la solidaridad, el amor filial, el compromiso, entre otros elementos fundamentales para la construcción de la

personalidad en el adolescente. Entre las limitaciones se identifican la no comparación con otros materiales de este tipo en el país.

Conclusiones: Se considera un material educativo que aporta al mantenimiento de la salud integral de las y los adolescentes y al apego a los comportamientos sexuales responsables

Palabras clave: salud sexual; educación sexual; educación para la salud.

ABSTRACT

Introduction: Diaries can be tools used in behavior change processes.

Objective: To describe the construction of the educational material “Diario de mi adolescencia” [Diary of my adolescence].

Methods: A total of 14 people participated in the preparation of the material, including specialists, health educators and promoters. The diary construction was completed through a multistage process. The diary is made up of several sections encouraging the individual to reflect and analyze her/his behavior, thus suggesting a behavioral change. The material was validated both by a team of experts and by the population at which it was targeted. The suggestions resulting from the validation process were incorporated entirely.

Results: This material contributes to raising the knowledge related to sexual health, to promote autonomy in decision-making and contributes to the formation of values such as companionship, solidarity, filial love, commitment, among other fundamental elements for the construction of the personality in the adolescent. Among the limitations, the non-comparison with other materials of this type in the country is identified.

Conclusions: It is considered an educational material that contributes to maintenance of the integral health of adolescents.

Keywords: sexual health; sexual education; health education.

Recibido: 23/01/2020

Aceptado: 16/05/2020

Introducción

La educación para la salud tiene como objetivo transmitir conocimientos que motiven y potencien el saber y el saber hacer, así como el desarrollo de conductas encaminadas a la conservación de la salud del individuo, la familia y la comunidad para lograr estilos de vida saludables. También se ocupa de que las personas conozcan y analicen las causas sociales, económicas y ambientales que influyen negativamente en la salud, y desarrollen habilidades que conduzcan a que las personas deseen vivir sanas; sepan cómo alcanzar la salud; hagan lo necesario, individual y colectivamente, para mantener la salud; y busquen ayuda cuando lo requieran.⁽¹⁾

Los materiales educativos son un tipo de instrumento utilizado en educación para la salud para facilitar la comunicación entre los actores de un determinado proceso; además de recursos utilizados con un objetivo determinado en el contexto de una intervención. Su finalidad genérica resulta ayudar a construir el conocimiento de las personas implicadas y puede tener un planteamiento informativo o didáctico cuando se proyecta como un recurso para el proceso de enseñanza aprendizaje.⁽²⁾

El componente educativo del Programa Nacional de Prevención y Control de las ITS-VIH/sida en Cuba ha tenido, desde sus inicios, el propósito de promover comportamientos, actitudes y prácticas sexuales responsables y protegidas en la población general, con énfasis en los grupos vulnerables a la epidemia, entre ellos los adolescentes. Parte del trabajo diario consiste en la realización de materiales educativos y otras producciones elaboradas concretamente para incorporarse a una propuesta de aprendizaje ante un comportamiento determinado.⁽³⁾

La evaluación de necesidades, y la identificación de vulnerabilidades, comportamientos y factores de riesgo en este grupo desencadenan un conjunto de acciones para el cuidado y la protección de la salud sexual en la adolescencia. En la última década, en Cuba las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) constituyen una de las principales causas de morbilidad en la población de adolescentes, con una elevada incidencia del condiloma acuminado, la blenorragia y todos los síndromes de ITS.⁽⁴⁾ Existe un conjunto de comportamientos sexuales que constituyen la principal fuente de riesgo y vulnerabilidad de la salud sexual en este grupo poblacional.⁽⁵⁾

Igualmente, el Programa Nacional de Atención Integral al Adolescente, junto con otras estrategias nacionales, tiene entre sus objetivos generales preservar la salud sexual de este grupo etario.⁽⁴⁾ Tomando en cuenta las características psicológicas

de esta etapa de la vida, las preferencias, gustos e inclinaciones se considera pertinente la construcción de un material educativo atractivo, que contribuya a sensibilizar a los adolescentes acerca de la importancia del autocuidado de la salud sexual desde edades tempranas; y estimule el apego a los comportamientos sexuales responsables y protegidos que les permita disfrutar de una sexualidad plena, que repercuta positivamente en la salud reproductiva en edades más avanzadas de la vida. Finalmente, el objetivo del estudio fue describir el proceso de elaboración del material educativo “Diario de mi adolescencia”.

Métodos

Las técnicas de investigación utilizadas fueron la validación por expertos, el grupo focal y la observación no participativa. Se trabajó con siete grupos focales conformados por adolescentes en diferentes momentos de la construcción del material. Se establecieron períodos entre 30 y 60 minutos de observación no participativa de la interacción del adolescente con el material para identificar la aceptación de la propuesta por parte de los usuarios. El proceso de construcción estuvo compuesto por cuatro etapas, desde noviembre de 2014 hasta abril de 2018.

En la primera etapa se revisó una amplia bibliografía buscando un material educativo que se ajustara a la necesidad de diálogo e intercambio y fuera del agrado de los(as) adolescentes cubanos. Se encontró referencia al diario como herramienta educativa; luego, se procedió a la búsqueda de información e investigaciones relacionadas con la pertinencia de esta herramienta para el trabajo educativo y para impulsar el cambio de comportamiento. Se estudiaron las técnicas a utilizar para lograr los efectos deseados en la población de estudio, sobre la base de la situación actual desde lo epidemiológico, lo social y lo cultural, además de los procesos de cambio de comportamiento. Se recopiló toda la documentación que a consideración del equipo de trabajo pudiera resultar valiosa en el proceso de construcción del material.

En la reunión regional de coordinadores de la Línea de adolescentes y jóvenes en la prevención de las ITS y el VIH/sida, el grupo técnico de la provincia Santiago de Cuba presentó una propuesta de diario como un material didáctico dirigido a adolescentes, bien estructurado, que sirvió como base para continuar el trabajo.

En la segunda etapa, el material presentado resultó objeto de un proceso de lectura crítica y análisis de los contenidos. Posteriormente, se inició la modificación, ampliación, sustitución, y eliminación de los textos y las secciones

propuestas. Estos cambios surgieron para dar salida a las necesidades expresadas por los adolescentes en el primer grupo focal realizado, o para elevar el conocimiento de las ITS y el VIH/sida del grupo meta y la importancia de desarrollar una capacidad determinada.

Seguidamente, se inició un proceso participativo con la población de adolescentes en lo relacionado con la recopilación de relatos de experiencias vividas a través de la puesta en marcha del concurso “Carta a mis padres: es hora de hablar”, que consistió en encuentros sistemáticos con el objetivo de levantar las necesidades de aprendizaje, las preferencias y las motivaciones que pudieran incluirse en el material.

Hay que señalar que toda la información seleccionada se trató con total confidencialidad. Los adolescentes que participaron de forma voluntaria en cada concurso fueron previamente informados del uso que se les daría a sus cartas y dieron su consentimiento. Se preservaron los datos personales de cada colaborador y se modificó cualquier elemento que pudiera revelar la identidad del autor de cada carta incluida en el diario.

Terminada la primera versión, el material se analizó por un grupo de expertos del Centro Nacional de Prevención de las ITS-VIH/sida. Después del estudio de cada una de las secciones, se consideró oportuna la introducción de este material educativo como una herramienta efectiva, según los objetivos de la estrategia nacional de prevención de las ITS-VIH, dirigida a adolescentes y jóvenes entre 2014 y 2018.

La tercera etapa estuvo relacionada con la validación de los contenidos propuestos. Primero, el material se revisó y evaluó nuevamente por expertos del equipo de especialistas del Centro Nacional de Prevención de las ITS-VIH/sida; luego, fue evaluado por el área de comunicación de la Unidad de Promoción de Salud y Prevención de Enfermedades (Prosalud). Se hizo un énfasis especial en la presentación de la información contenida y su confiabilidad, el lenguaje utilizado, las ilustraciones, la contribución a la formación integral y el uso de herramientas de alta aceptación. Se revisaron la facilidad de la comprensión de la información, la ortografía y la gramática. También se exploró que el material resultara inclusivo y no discriminatorio. Las recomendaciones se incorporaron en su totalidad. Al finalizar el proceso, el material se consideró pertinente para el propósito al cual iba dirigido.

El diario también fue analizado por el departamento de comunicación de la Agencia de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), que recomendó la incorporación de una nueva fotografía, por lo que se incluyó un grupo de imágenes

que contribuyeron a mejorar la visualidad. La oficina de UNICEF se encargó de la edición, el diseño y la impresión del material.

Durante la cuarta etapa se ejecutó la validación del diario por los(as) adolescentes de varios municipios de La Habana. Se realizaron 10 talleres de multiplicadores, donde el diario resultó uno de los materiales utilizados en las diferentes actividades. También se conformaron tres grupos focales de entre 8 y 10 participantes cada uno. El primero se conformó con promotores de la línea de adolescentes y jóvenes del Centro Nacional de Prevención de las ITS-VIH/sida. Los otros restantes los integraron adolescentes de los municipios Habana Vieja y Cerro. Las preguntas estuvieron relacionadas con la actualidad de la información contenida en el diario, si consideraban el material atractivo y cómo se sintieron mientras trabajaban con él. Las observaciones realizadas se consideraron en su totalidad, lo cual dio como resultado una segunda versión del diario, donde se modificó su tamaño original, diseño, tipo de papel, tipografía y portada, y se actualizaron las secciones.

Los diarios se entregaron durante actividades educativas para llevar a cabo la observación no participativa de la interacción de los adolescentes con el material. Se constató que se sentían a gusto, les motivó la lectura y dedicaron tiempo a revisarlo. Los adolescentes se acercaron para obtener uno para su uso personal o para un amigo cercano o hermano.

Resultados

Se obtuvo el material educativo “Diario de mi adolescencia”, instrumento que favorece la reflexión, y contribuye a elevar la salud sexual y el nivel de conocimiento sobre las ITS y el VIH/sida de la población de estudio. El material se propone sensibilizar a la población meta e impulsar el apego a los comportamientos sexuales seguros y saludables, e incentivar el autocuidado de la salud sexual. Se considera que el material puede utilizarse por los educadores y profesionales de la salud durante los talleres y las actividades educativas que desarrollan con la población adolescente.

Entre los profesionales se incluyen a los tres autores de la versión inicial del material, tres educadores para la salud que realizaron las modificaciones de la primera versión impresa, cuatro especialistas que participaron en el proceso de validación por parte de CNP/Prosalud y tres funcionarios de la oficina de UNICEF.

La primera versión de “Diario de mi adolescencia” tiene 99 páginas impresas a 4 colores en hoja A5 y 8 secciones.

Las sugerencias de los adolescentes durante los grupos focales se tomaron en cuenta para la impresión de la segunda edición del diario. Los planteamientos se relacionaron con tener un documento mejor graficado y con menos fotos para hacerlo más personal. Se notó lo importante que resulta para el adolescente el respeto a lo personal, a lo íntimo, firmemente ligado a la noción de secreto, porque el diario se puede construir sobre la base de un ejercicio donde nadie, excepto el diarista, está involucrado; solo él puede formar parte de ese espacio escritural y decidir cuán privado desea conservarlo.⁽⁶⁾ Sugirieron, además, aumentar las dimensiones, que fuera más grande para leerlo mejor y escribir con mayor comodidad; que tuviera más espacio para escribir. En respuesta a las sugerencias del grupo meta, se procede a imprimir la segunda versión del material educativo.

El “Diario del adolescente” es un material que tiene entre sus objetivos sensibilizar a la población meta e impulsar el cambio de comportamiento de los adolescentes fundamentalmente de la primera a la segunda y tercera etapa (precontemplación-contemplación-preparación), según el modelo transteórico.⁽⁷⁾

En su segunda y versión final tiene 64 páginas en hoja tamaño A4 su diseño en general está basado en la gráfica y tiene 7 secciones.

Se amplió la sección dedicada a la referencia personal. Esta sección tiene gran aceptación por el grupo meta y responde a la autoaceptación, a la valoración del yo. Su contenido se redactó con la idea de llamar la atención a los adolescentes por las características psicológicas y biológicas de esta etapa de la vida. Los textos relacionados con la sección de reflexión no se modificaron, y se consideró que la selección fue adecuada y con buena aceptación. Están incluidos el texto “La Vida del autor William Shakespeare”, la reflexión “Libro de la vida” y el texto “¿Estoy lista para el sexo?”, de la escritora cubana Aloyma Ravelo. Se modificó la sección “Sabías qué”, que incluyó una página dedicada a la formación de valores en los adolescentes y cuestiones decisivas en esta etapa de la vida como la construcción de la amistad, la confianza en los otros y el amor. El segundo tema abordado en esta sección estuvo relacionado con la anticoncepción.

La sección “Yo cuento” se pensó para inducir la autorreflexión y el análisis al finalizar la lectura de las historias. Los relatos incluidos fueron contados por los adolescentes participantes del concurso “Carta a mis padres: es hora de hablar”, abierto a partir de 2015. Se seleccionaron cinco historias que reflejan los temas identificados de mayor preocupación entre los adolescentes.

Esta sección genera una importante carga emotiva en el lector, lo cual propicia plasmar en el diario sus consideraciones, reflexionar sobre su actuar o simplemente verse reflejados en esa historia de vida.⁽⁶⁾ Las historias de vida se convierten en un recurso de gran valor para el trabajo con temáticas relacionadas con la sexualidad, el género, la diversidad sexual, entre otros temas. El objetivo es mostrar el testimonio subjetivo de una persona y las valoraciones que esta hace sobre su propia existencia. Esto permite al lector acercarse al contexto vivido por las protagonistas y entender de un modo más cercano la problemática.⁽⁶⁾ Se considera que con los relatos propuestos en el diario se favorece la reflexión crítica y la sensibilización hacia temas relacionados con la prevención de las ITS, el autocuidado y la responsabilidad en la salud sexual. Los textos enfocados en la comprensión no buscan necesariamente recuperar el conocimiento acumulado. Sí revisan la literatura, en ocasiones bastante extensa, pero no exponen balances o inventarios puesto que sus objetivos están enfocados en la hermenéutica, la reflexión, la crítica y finalmente la comprensión.⁽⁷⁾ Esta metodología resulta “fundamental en la comprensión de determinadas teorías o en la claridad conceptual de nociones que han sido abordadas. Seguidamente se da espacio a que la persona cuente su propia historia, lo que considera su principal conflicto, lo que lo agobia, para propiciar el buscado alivio dramático que permitirá con posterioridad salirse del conflicto que lo domina.

Otra de las secciones importantes del diario se dedica a fortalecer los valores en los adolescentes y a incentivar su labor activa en los diferentes escenarios de mayor presencia en su vida (la familia, la escuela y la comunidad). A través de preguntas se conduce al adolescente a reflexionar sobre su comportamiento con sus amigos, compañeros, maestros, vecinos y familia. Se induce a tomar conciencia de sus acciones, a juzgarse y buscar un comportamiento positivo, que rechace la discriminación, el egoísmo, el aislamiento, la desmotivación; y posicione la amistad, el amor, el compañerismo, la solidaridad y la unidad.

Finalmente, forman parte del diario los horarios de clase, la creación de poemas y las cartas de amor e informaciones que permiten personalizar el diario, que termina con los comentarios de algunos adolescentes sobre la familia y el amor.

Los adolescentes de todos los grupos consideran el diario muy interesante y quisieran tener otro para regalarlo a su mejor amiga/amigo. Se sienten cómodos porque pueden escribir y responder lo que desean.

Discusión

Dos de los autores que más han analizado el diario como estrategia didáctica son *Porlán y Martín* (citados por *Ospina*),⁽⁸⁾ para quienes estos materiales constituyen una herramienta para la reflexión y análisis del pensamiento reflexivo, por lo que tiene un gran potencial en la investigación. En el diario puede recogerse lo que sucede en el espacio donde el individuo se desarrolla, desde el punto de vista de quien escribe, anotando en él una descripción de lo que ocurre, así como sus interpretaciones e impresiones, lo cual posibilitará sacar más adelante conclusiones acerca de las razones del comportamiento. Esto posibilita el abandono de conductas robotizadas y rutinarias, que permitan la reflexión y potencien la capacidad de generar un conocimiento crítico. Además, constituye una guía para la reflexión sobre la práctica, que favorece la toma de conciencia sobre el propio proceso de evolución y los modelos de referencia.⁽⁹⁾

El diario como herramienta del trabajo educativo puede gestar una conciencia más clara de cómo aprendemos, qué hacemos y cómo actuamos, o simplemente cómo estamos posicionados frente a estos roles. Para los facilitadores constituye una herramienta didáctica mediante la cual se motiva al adolescente y se fortalece el proceso de aprendizaje para obtener resultados exitosos.⁽¹⁰⁾

Tras el proceso de búsqueda e indagación se puede encontrar que los diarios han tenido usos variados según los intereses de la población a quien se dirigen. El “Diario de mi Adolescencia” propuesto tiene información diseñada para la transformación y reflexión, y se ajusta tanto como fue posible al pensamiento, el lenguaje y los gustos de los adolescentes.⁽¹¹⁾

Varios países de Latinoamérica han estudiado la importancia del diario en el campo educativo, desde lo autobiográfico y su incidencia en las ciencias humanas. Esta propuesta se concibió como un diario personal donde se escribe cómo se piensan y se sienten cada uno de los sucesos diarios con las amistades, familiares y otros con los que se comparte el entorno. Como se señala en el artículo “El diario como estrategia didáctica”⁽⁸⁾, este tipo de material ayuda a pensar en sí mismo, mirarse, tratar de entenderse y entender a los demás, a lo cual se estimula en las diferentes secciones del material.⁽¹²⁾ Algunos de los principales valores que se encuentran en la utilización de diarios son: implica una reflexión sobre lo narrado y sobre la conducta seguida; favorece la organización de la experiencia vivida en la formación; fomenta el autoanálisis; produce el filtraje de la conducta; permite detectar problemas y explicitar las concepciones personales; posibilita el cambio y la transformación de la práctica; incentiva el análisis sosegado, sistemático y racional posterior o paralelo al suceso. El diario debe propiciar a un nivel más profundo el análisis y la transformación personal.⁽¹³⁾

El equipo de trabajo considera que el diario propuesto podría resultar más efectivo si el adolescente es acompañado por personal capacitado durante el tiempo de utilización del material. El acompañamiento se producirá según la necesidad del adolescente en cuestión.⁽¹⁴⁾ Se recomienda el trabajo de una sección por uno o dos encuentros, lo que permitirá explotar a mayor capacidad las potencialidades del material. Entre las limitaciones se identifican la no comparación con otros materiales de este tipo en el país y la escasa cantidad de materiales en función de la población meta.

La elaboración de materiales educativos impresos y medios didácticos ha representado una parte importante en la estrategia implementada en la respuesta a la epidemia de las ITS y el VIH cubana. Los materiales realizados responden a diferentes necesidades de las poblaciones a quienes van dirigidos con el objetivo de contribuir a fomentar una cultura hacia la adopción y/o apego a comportamientos sexuales saludables en los diferentes grupos poblacionales, con líneas comunicacionales diferenciadas y mensajes específicos para cada grupo.

Finalmente, el “Diario de mi adolescencia” es una herramienta dirigida a potenciar el trabajo educativo relacionado con la salud sexual, la prevención de las ITS, entre otras cuestiones relacionadas con la sexualidad en este grupo poblacional. Se considera útil y atractivo entre sus consumidores.

Referencias bibliográficas

1. Díaz Y, Pérez J. Generalidades sobre promoción y educación para la salud. Rev Cub Med Gen Integr. 2012 [acceso 14/02/2013];28(3). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid
2. Gallego J. Materiales educativos en educación para la salud. Criterios de análisis y elaboración. 1 Ed. Dirección General de Salud Pública. Gobierno de Aragón; 2007 [acceso 08/04/2011]. Disponible en: <http://www.fisterra.com/salud/auxiliar/MaterialesEducacionParalaSalud.pdf>
3. Ochoa Soto R. Mederos Villalón L. Centro Nacional de Prevención de las ITS-VIH/sida. Más de 10 años en respuesta a la epidemia. La Habana. Editorial Lazo Adentro; 2010.
4. Cruz F, Martínez M. Programa Nacional de Atención Integral a la salud de adolescentes. Cuba; 2000. Disponible en: http://files.sld.cu/enfermeria-pediatria/files/2012/03/programa_adolescentes.pdf

5. Dirección de Registros Médicos y Estadísticas de Salud, Ministerio de Salud Pública 2015. Encuesta de Indicadores Múltiples por Conglomerados. Cuba, 2014. Informe final. Disponible en: <https://www.unicef.org/cuba/mics5-2014-cuba.pdf>
6. González, A. El diario: La escritura autobiográfica en su dimensión sociocultural y sus posibilidades cognoscitivas y creativas. La Palabra. 2017;(30). DOI: <https://doi.org/10.19053/01218530.n30.2017.6961>
7. Lince RM. Narraciones literarias, textos que permiten comprender un pueblo. Estudios Políticos. 2014 [acceso 04/07/2019];34(1). Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0185161615000062>
8. Ospina D. El Diario como estrategia didáctica. UDEA. 2003 [acceso 15/09/2019]. Disponible en: <https://aprendeenlinea.udea.edu.co/boa/contenidos.php/8ffccad7bc2328aa00d9344288580dd7/128/1/contenido/>
9. Gómez M, Galeano C, Jaramillo D. El estado del arte: una metodología de investigación. Rev Colomb de Ciencias Soc. 2015 [acceso 04/07/2019];6(2). Disponible en: www.funlam.edu.co/revistas/index.php/RCCS/article
10. Espinosa I. El diario de clases como herramienta de consolidación académica en la práctica docente del estudiante de la Licenciatura en Educación Primaria. Rev Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores. 2014 [acceso 04/07/2019];(1). Disponible en: www.dilemascontemporaneoseduccionpoliticayvalores.com/
11. Molina Y. Necesidades educativas especiales, elementos para una propuesta de inclusión educativa a través de la investigación acción participativa. El caso de la Escuela México. Estud. pedagóg. 2015 [acceso 04/07/2019];41(especial). Disponible en: <https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718>
12. Ude@: Educación Virtual Universidad de Antioquia: Ude@; 2016 [acceso 04/07/2019]. Disponible en: [https://iafcj.org/descargar/el%20diario%20como%20estrategia%20didactica%20\(5\).pdf](https://iafcj.org/descargar/el%20diario%20como%20estrategia%20didactica%20(5).pdf)
13. Harpa M. Escritura para la reflexión pedagógica: rol y función del Diario del Profesor en Formación en las Prácticas Iniciales. Estud. pedagóg. 2015 [acceso 04/07/2019];43(2). Disponible en: <https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0718>
14. Madrid S. Mediación motivacional: Hacia una relación de acompañamiento en los conflictos. 1 Ed. Madrid: Reus S.A.; 2017 [acceso 04/07/2019]. Disponible en: <https://books.google.com/cu/books?hl=es&lr=&id=Yl-LDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA7&dq>

Conflicto de intereses

La autora declara que no existe conflicto de intereses.