

Salud Joven

programa de educación
para la salud



Salud
Joven



Castilla-La Mancha

Edita

Consejería de Salud y Bienestar Social

Dirección General de Salud Pública

Perspectiva de género: Para facilitar la comprensión del texto en su conjunto se han utilizado los términos más frecuentemente empleados y aceptados para hacer referencia a sustantivos que varían en el morfema de género.

Salud Joven

programa de educación
para la salud



INTRODUCCIÓN

Durante la adolescencia, en las primeras fases de la juventud, la salud se encuentra enmarcada en un complejo proceso de crecimiento y maduración. Los cambios físicos y biológicos que se originan con la pubertad tienen una gran repercusión a nivel psicológico y social en cada individuo. En los jóvenes, el desarrollo de la propia identidad se caracteriza por la actitud de rebeldía, la lucha por su independencia así como por la maduración emocional y cognitiva que conducirá al progresivo desarrollo de principios y valores, bases de los comportamientos y las conductas.

La salud de los jóvenes guarda una relación muy estrecha con su propia conducta, que a su vez depende del ambiente en el que aquellos se desenvuelven. Durante la juventud, los problemas de salud se ven muy lejanos en el tiempo ya que las consecuencias de la exposición a los factores de riesgo no son inmediatas a las prácticas de riesgo: es la creencia del “a mí no me va a suceder” que ilustra la escasa percepción del riesgo. Es por esto que en la adolescencia pueden iniciarse ciertas conductas de riesgo que, si se consolidan como hábitos, ocasionarán una morbimortalidad específica en la edad adulta. Por otra parte, la impulsividad y la negación del riesgo propician problemas de interés sanitario durante la etapa juvenil como, por ejemplo, las infecciones de transmisión sexual, los embarazos no deseados o los trastornos de la conducta alimentaria.

Las políticas de promoción de la salud de las y los jóvenes deben estar orientadas a fortalecer los factores de protección y prevenir los de riesgo. Los factores de protección son los recursos y habilidades personales o sociales que neutralizan el impacto del riesgo. Los programas ofertados han de buscar la participación de la juventud y posibilitar la elección de las opciones más saludables sin renunciar al estilo de vida propio de la edad. Dado el carácter múltiple y complejo de los factores que determinan la salud de los jóvenes, es necesario que las políticas tengan un enfoque multidisciplinar e intersectorial.

Salud Joven es un programa de prevención primaria que se centra en la educación para la salud de los jóvenes llevada a cabo por los propios jóvenes, que se constituyen así en agentes de salud. A nivel institucional, es dirigido desde la Dirección General de Salud Pública de la Consejería de Salud y Bienestar Social en colaboración con la Dirección General de Juventud de Castilla-La Mancha.

POBLACIÓN DIANA Y MODELO DE COMUNICACIÓN

Salud Joven está dirigido a los residentes en Castilla-La Mancha con edades comprendidas entre 14 y 29 años. La metodología de trabajo facilita la difusión de información a las y los jóvenes con mayores dificultades de acceso a recursos de educación formal, por no estar escolarizados o por no continuar sus estudios tras finalizar la Educación Secundaria Obligatoria.

Los contenidos docentes de los diferentes ciclos educativos de la enseñanza oficial regulan y estructuran temas de salud desde una perspectiva formal¹. El modelo tradicional de educación para la salud de los jóvenes combina esta opción con el apoyo de profesionales externos al centro docente (sanitarios de Atención Primaria) que interactúan con el alumnado a través de intervenciones individuales y grupales bajo un formato determinado (Consulta Joven).

El auge alcanzado en la actualidad por las tecnologías de la información y comunicación (TIC) ha propiciado un cambio de paradigma en los modelos de educación para la salud, de especial relevancia en el ámbito juvenil. La juventud tiene una mayor cultura de lenguajes audiovisuales y de las técnicas de realización y distribución digital. Son más conscientes de los mecanismos de persuasión clásicos y, por tanto, las estrategias habituales son más débiles para convencerles. Es posible constatar este concepto en el campo de la salud, ya que la resistencia al cambio es todavía mayor al ser un área de su esfera vital que está sometido a la presión grupal de los iguales y del entorno.

La segunda generación de Internet (web 2.0) permite el desarrollo de utilidades destinadas al intercambio de información y mensajes en el contexto de los programas de promoción de la salud y prevención de la enfermedad. Las redes sociales facilitan la interacción entre los usuarios y la difusión de contenidos y materiales. El usuario accede de forma instantánea a los mensajes y comparte el contenido generado en torno a los mismos, lo que permite un efecto multiplicador del alcance y calado de la información sobre salud, tanto a nivel general como de forma específica con los pares o los grupos de referencia.

También se intensifica la posibilidad de "arrastre" entre iguales para participar en actividades y programas de adopción de hábitos saludables, dado que las recomendaciones personales suelen ser más efectivas que las generadas por instituciones y autoridades. Otras ventajas del uso de las TIC son la no limitación del ho-

¹ *Educación para la Salud en el ámbito de la Enseñanza. Línea editorial de la Dirección General de Salud Pública. Consejería de Salud y Bienestar Social. Toledo, 2009.*

rario de consulta de temas relacionados con la salud, sin sometimiento a criterios valorativos de los adultos.

Estas circunstancias justifican el aprovechamiento de los recursos institucionales de Castilla-La Mancha en la red para difundir mensajes sobre prevención de riesgos para la salud de la juventud a través de las nuevas TIC. *Salud Joven* presta un servicio de educación sanitaria basado en el uso de las nuevas TIC y la web, desde la que se permite la consulta y descarga de soportes educativos.



OBJETIVOS

Objetivo general

- Promover hábitos y estilos de vida saludables en las y los jóvenes aumentando sus factores de protección y disminuyendo los de riesgo.

Objetivos específicos

8

- Sensibilizar a la juventud sobre la importancia de asumir estilos de vida saludables y de anticipar riesgos que destruyen y perjudican su salud.
- Mejorar los conocimientos y la información individual y colectiva en materia de salud.
- Dotar de herramientas, recursos, habilidades y destrezas que favorezcan la elección de las opciones más saludables.
- Atender y orientar ante problemas de salud detectados o planteados.
- Difundir contenidos de promoción de la salud a través de las nuevas tecnologías de la información.
- Coordinar con otras entidades de manera conjunta actividades que promuevan la salud de la juventud.
- Informar a jóvenes, padres, madres y profesionales los recursos de difusión disponibles y la consulta de materiales didácticos y formativos.
- Favorecer la investigación y los estudios sobre aspectos relacionados con la salud de las y los jóvenes.



ASPECTOS ESTRATÉGICOS

Sensibilización y difusión de mensajes de salud

Las acciones se realizan a través de la Red de Información Juvenil que coordina la Dirección General de Juventud. Los Servicios de Información Juvenil (SIJ) se ofertan a través de los centros y puntos de información juvenil ubicados en ayuntamientos y asociaciones ciudadanas. Su gestión es llevada a cabo por personal encargado de dinamizar la difusión de contenidos e informaciones de interés para las y los jóvenes.

Es posible acceder a estos recursos a través del **Portal Joven** de Castilla-La Mancha (www.portaljovenclm.com). Los contenidos de salud pueden encontrarse en un enlace del portal y sus actualizaciones son difundidas en el boletín digital que se publica semanalmente y en los dossiers informativos que se distribuyen a los miembros de la Red de Información Juvenil. La información novedosa también se notifica en los programas de redes sociales (facebook, twitter y tuenti) a los que puede acceder cualquier demandante de información. El portal también recibe consultas vía e-mail a las que se responde en un plazo inferior a setenta y dos hora.

Las solicitudes de acceso a la información son canalizadas a través de los informadores-dinamizadores juveniles. La JovenTV colabora en la divulgación de spots y campañas de salud, así como en la difusión de otras informaciones de interés para la juventud. Retransmite semanalmente a través de internet y algunas televisiones locales.

Los materiales de educación para la salud también pueden consultarse y están disponibles para su descarga desde la web de la Dirección General de Salud Pública (www.jccm.es).

Orientación para asesoramiento

Por sus características sociológicas y conductuales, los jóvenes utilizan las consultas y servicios de salud con poca frecuencia, aunque su morbilidad es similar a la de otros grupos etarios. Entre las razones que justifican esta situación, cabe destacar la percepción lejana que poseen sobre los riesgos para la salud y las dificultades en el acceso a los servicios que plantean, demandando una atención que garantice el anonimato en la visita, cuyo horario no coincida con el de otras consultas, siendo flexible y accesible en fines de semana y festivos.

- El servicio de **Consulta Joven de Atención Primaria** (SESCAM) está dirigido a dar respuesta a estos condicionantes. De forma transversal a otros servicios de la cartera de Atención Primaria, se ofrecen actividades dirigidas a la promoción de la salud colectiva, desarrollando talleres y charlas informativas en centros docentes.

Las consultas sobre problemas de salud que requieran asesoramiento o valoración profesional han de ser orientadas hacia el nivel de Atención Primaria. Este nivel constituye la puerta de acceso de la ciudadanía a los servicios de asistencia sanitaria, a través de los centros de salud.

Tabla 1. Consulta Joven

Provincia/Área	Contacto
Albacete	Gerencia de Atención Primaria: 967 503600 Solicitar consulta en el centro de salud
Cuenca	Consultorio Local "Fuente del Oro": 969 241795
Guadalajara	Solicitar consulta en el centro de salud
Toledo	Centro de salud "Palomarejos": 925 259976 Centro de salud "Buenavista": 925 283527 Centro de salud "Quintanar de la Orden": 925 564730
Talavera	Centro de salud "La Estación": 925 813200

10

- El teléfono de la Línea de atención a la infancia y adolescencia** es un recurso dependiente de la Dirección General de la Familia que ofrece orientación para dar respuesta rápida y eficaz a las dudas de los adolescentes, garantizando en todo momento la privacidad y confidencialidad. Está atendido por profesionales que a través de un estilo personalizado mantienen una escucha activa para conseguir que los jóvenes puedan transmitir cuales son sus necesidades y problemas.

Desde este servicio se informa y orienta sobre los recursos más adecuados para completar la atención.

Puede contactarse a través de los teléfonos **900-505-532** y **116111** (línea europea) durante las 24 horas del día de forma gratuita.

- Los técnicos de Salud Pública de las **Delegaciones Provinciales de Salud y Bienestar Social** se encargan de coordinar los recursos educativos relacionados con la salud de los jóvenes, de manera que sea posible optimizar los mismos llegando al mayor número de destinatarios posibles. La Delegación puede proveer materiales y soportes didácticos, ofrecer espacios para cursos y reuniones y coordinar las acciones con las de otros programas de promoción de la salud en desarrollo.

ÁREAS DE TRABAJO

- Salud sexual y reproductiva
- Prevención de enfermedades de transmisión sexual
- Prevención de embarazos no deseados
- Prevención de la obesidad y sedentarismo
- Prevención de los trastornos de la conducta alimentaria
- Salud e higiene corporal



