

CURS DE SALUT PER A ALUMNES D'ENSENYAMENT SECUNDARI

LLUÍS M. TARRUELL I LLONCH

Centre d'Estudis Vidal i Barraquer. Sabadell.

Introducció

En els nostres dies és notòria la importància de les malalties crònico-degeneratives –patologia vascular, neoplàsies, osteoartrosi– i dels accidents –domèstics, de tràfic, laborals.

L'etiopatogènia d'ambdós grups essent diversa, es relaciona amb diferents factors de risc que estan condicionats per l'estil de vida i el medi ambient de les persones afectades.

L'educació sanitària s'intueix com una eina necessària junt amb les mesures socio-polítiques, en la lluita per la disminució de la prevalença d'aquestes patologies.

Presentem els resultats d'un curs de salut realitzat per a alumnes de 3er. de BUP (per tercer any consecutiu) d'un centre d'estudis d'ensenyament secundari de Sabadell.

L'objectiu del curs és augmentar els coneixements científics que donen suport als hàbits i actituds adquirits en l'ensenyament escolar, seguint les directrius de l'ordre de 25 de maig de 1984, per la qual s'aproven les orientacions i programes d'educació per a la salut a l'escola i s'incorporen al projecte educatiu dels centres d'Educació General Bàsica de Catalunya (Diari Oficial de la Generalitat de Catalunya núm. 453. 18 de juliol de 1984).

El curs té més pretensions però de moment no les hem mesurat. Entre d'altres té la de contribuir a la desmedicalització de situacions fisiològiques.

Material i mètodes

El curs de salut consisteix en sis disertacions del tipus classe magistral d'una hora de durada i en veure un pel·lícula d'autor en vídeo de dues hores de durada, en dues sessions de més d'una hora per poder incloure-hi un breu comentari-col·loqui. En cas de no disposar del temps suficient, aquest té lloc en el primer quart d'hora de la disertació següent. El temari del curs es pot veure en la figura 1.

Els temes s'imparteixen dins l'horari lectiu, en les hores corresponents a diferents assignatures segons es disposa d'acord amb el cap d'estudis i direcció. Això ho fem així per dos motius: primer per tal d'arribar a tots els alumnes del nivell escollit, tercer de BUP (grups de ciències, lletres o mixtos) i per tal de no perjudicar la marxa del curs acadèmic. El nivell escollit

és tercer de BUP per ser el més elevat en l'ensenyament mitjà exclouent el COU que està excessivament polaritzat cap a la selectivitat.

La freqüència de les disertacions és de dues per setmana i grup. Els grups són els mateixos que els que correspondrien a l'hora i assignatura escollides. El control d'assistència és el mateix que el de les hores lectives.

El nivell de tercer de BUP en el Centre d'Estudis Vidal i Barraquer de Sabadell té matriculats 241 alumnes, distribuïts en sis grups d'uns 40 alumnes.

Abans d'iniciar el curs, després de la presentació, es distribueix un qüestionari on els demanem: el sexe, l'edat, que responguin a dues preguntes orientades; l'una a un hàbit: el tabàquic, i l'altra a una actitud: la que tenen davant les begudes alcohòliques. A continuació han de respondre 14 preguntes d'opció multiple sobre els coneixements que tenen sobre diferents aspectes de la salut:

- els aliments (preguntes núm. 3, 4, 6 i 13).
- la fisiologia sexual i mètodes contraceptius (7, 8, 9 i 10).
- l'alcohol i el tabac (14 i 15).
- aspectes diversos: concepte d'infart de miocardi (11), factors condicionants de la salut (5) i primeres causes de mortalitat (12).

La pregunta 16 demana quins temes l'interessen més.

En finalitzar el curs es passa el mateix qüestionari amb l'única diferència que s'hi afegeix una pregunta oberta sobre l'opinió que li ha merescut el curs.

Les disertacions les fan dos metges, l'un o l'altre indistintament segons les disponibilitats horaries. Malgrat tot, tendim a especialitzar-nos cada un en tres temes.

Els professors no hi són presents en el moment del desenvolupament dels temes.

Hem hagut de rebutjar el material recollit de dos grups, l'un per no reunir les mínimes condicions de credibilitat de les respostes de la segona passada del test (recollit en condicions poc favorables), l'altre per manca de possibilitat horària de passar el qüestionari per segona vegada.

Temari del curs de salut

1. Concepte de salut. Factors que influeixen en la salut.
 2. Neteja i higiene personal. La càries dental. L'alimentació. Els grups d'aliments i la dieta equilibrada. Consells alimentaris.
 3. Exercici físic i salut.
 4. Seguretat i accidents. Primeres cures. Farmaciola.
 5. Salut mental i emocional. Video pel·lícula: «Alguien voló sobre el nido del cuco» de Milos Forman.
 6. Salut sexual. Mètodes contraceptius.
 7. Drogues. Conceptes bàsics. Classificació. Tabac. Alcohol.
-

Composició de la mostra (alumnes que han realitzat el curs)

	abans	després
- nombre d'alumnes que han contestat el qüestionari		

– distribució per grups	1	38	39
	2	40	28
	3	40	32
	4	37	41
– distribució per sexes	homes	58,0 %	45,0 %
	dones	41,3 %	52,8 %
– distribució per edats	16	58,7 %	53,6 %
	17	30,3 %	35,0 %
	18	9,0 %	7,1 %
	19	1,3 %	1,4 %
	nul	0,6 %	2,8 %

Resultats

Àrea dels aliments

Pregunta 3: principis immediats que componen diferents aliments.

Respostes	abans	després
correctes	56,1 %	80,0 %
incorrectes	43,2 %	17,8 %
nuls	0,6 %	2,1 %

Pregunta 4: concepte de fibra de la dieta.

Respostes	abans	després
correctes	89,7 %	94,3 %
incorrectes	4,5 %	0,7 %
nuls	5,8 %	5,0 %

Pregunta 6: factors condicionants de la càries dental.

Respostes	abans	després
correctes	1,9 %	26,4 %
incorrectes	96,8 %	71,4 %
nuls	1,3 %	2,1 %

Pregunta 13: maneres de reduir pes.

Respostes	abans	després
correctes	97,4 %	96,4 %
incorrectes	1,9 %	0,7 %
nuls	0,6 %	2,8 %

Àrea de sexualitat

Pregunta 7: concepte d'ovulació.

Respostes	abans	després
correctes	53,5 %	87,1 %
incorrectes	24,5 %	7,8 %
nuls	21,9 %	5,0 %

Pregunta 8: durada del cicle sexual femení.

Respostes	abans	després
correctes	79,3 %	71,4 %
incorrectes	16,8 %	24,3 %
nuls	3,9 %	4,3 %

Pregunta 9: concepte de mètode contraceptiu natural.

Respostes	abans	després
correctes	40,0 %	75,7 %
incorrectes	54,2 %	18,5 %
nuls	5,8 %	5,7 %

Pregunta 10: fiabilitat dels mètodes contraceptius.

Respostes	abans	després
correctes	9,0 %	55,0 %
incorrectes	80,6 %	29,3 %
nuls	10,3 %	15,7 %

Àrea de drogodependències: alcohol i tabac

Pregunta 1: (hàbit tabaquic) consum de cigarretes per dia.

Respostes	abans	després
cap	68,4 %	67,8 %
fins a 10	24,5 %	20,7 %
fins a 20	5,8 %	7,1 %
més de 20	0,6 %	1,4 %
nuls	0,6 %	2,8 %

Pregunta 2: (actitud davant les begudes alcohòliques)
nombre de mesures, segons el tipus de beguda alcohòlica,
per dia, que consideren innoques per la salut.

Respostes	abans	després
cap	5,2 %	2,1 %
una	25,8 %	10,7 %
dues	31,0 %	50,7 %
tres	15,5 %	17,1 %
quatre	7,7 %	2,1 %
cinc	5,1 %	0,7 %
nuls	9,7 %	16,4 %

Pregunta 14: idees falses sobre l'alcohol.

Respostes	abans	després
correctes	11,6 %	32,8 %
incorrectes	82,6 %	61,4 %
nuls	5,3 %	5,7 %

Pregunta 15: substància responsable de l'addicció al tabac.

Respostes	abans	després
correctes	83,9 %	87,8 %
incorrectes	11,0 %	6,4 %
nuls	5,2 %	5,7 %

Àrea de diversos sobre la salut

Pregunta 5: factors condicionants de la salut.

Respostes	abans	després
correctes	23,9 %	58,6 %
incorrectes	73,5 %	35,7 %
nuls	2,6 %	5,7 %

Pregunta 11: concepte d'infart de miocardi.

Respostes	abans	després
correctes	72,9 %	75,7 %
incorrectes	22,6 %	19,3 %
nuls	4,5 %	5,0 %

Pregunta 12: dues primeres causes de mortalitat.

Respostes	abans	després
correctes	53,2 %	46,4 %
incorrectes	39,7 %	43,6 %
nuls	7,0 %	10,0 %

Àrea d'interès sobre els temes

Pregunta 16: llista dels temes

Respostes	abans	després
1	2,4 %	4,2 %
2	13,4 %	12,7 %
3	13,7 %	11,8 %
4	11,7 %	6,2 %
5	9,6 %	10,1 %
6	28,1 %	33,0 %
7	16,1 %	17,6 %
altres no inclosos	2,4 %	2,9 %
nuls	2,4 %	1,3 %

Ordenació	abans	després
tema 1 concepte de salut	setè	setè
2 higiene i alimentació	quart	tercer
3 exercici físic	tercer	quart
4 seguretat i accidents	cinquè	sisè
5 salut mental	sisè	cinquè
6 salut sexual	primer	primer
7 drogues	segon	segon

Discussió

Àrea dels aliments

1. Sobre els *grups d'aliments*, un 43 % no assignaven correctament 3 aliments corrents en els grups de principis immediats. Després del curs el percentatge baixa a un 18 %, cosa que significa que el 80 % en tenen una idea més clara.
2. Existeix una idea intuïtiva sobre què és la *fibra de la dieta*, aquesta idea després del curs es reforça (90 % fins al 94 %).

3. La pregunta sobre les *càries*, pot estar mal formulada donat el baix índex d'encert previ al curs i el baix encert (25 %) posterior.

4. A la pregunta sobre com rebaixar pes, sembla que contestin més aviat com no augmentar-lo. De fet, intuïtivament l'obesitat no sembla un problema important en el conjunt dels alumnes. El percentatge no es veu influït per l'explicació, potser perquè el tema es tracta de passada en parlar d'alimentació.

Àrea de sexualitat

1. Només una mica més de la meitat dels alumnes tenen un coneixement correcte del fenomen de l'*ovulació*. Aquest passa a ser encertat en els 4/5 dels casos. En canvi no millora el coneixement de la *durada del cicle sexual femení*.

2. El concepte de mètode contraceptiu *natural* millora gairebé doblant el percentatge (d'un 40 % a un 75 %) i el de *fiabilitat* del mètode contraceptiu arriba a més de la meitat dels alumnes des d'un percentatge inicial inferior al 10 %.

Àrea de diversos sobre la salut

1. No existeix una idea intuïtiva, en el 73 % dels alumnes, de la importància dels condicionants de la salut. Aquesta idea queda consolidada després del curs (58 %).

2. El concepte sobre què és un *infart de miocardi*, gairebé no varia, (ja era molt alt abans del curs 73 %).

3. En les dues primeres causes de mort destaca la influència d'un esdeveniment durant el desenrotllament del curs: la mort d'una noia d'un grup en accident de moto. Això, creiem que ha influït més que les nostres explicacions sobre el coneixement de les principals causes de mort en la població general (de fet és la 1^a causa en la població de la seva edat).

Àrea de drogodependències: alcohol i tabac

1. Segons l'informe «El tabaquisme a Catalunya» de 1982, el 61,7 % dels joves eren fumadors; els resultats en la nostra mostra, indiquen una inversió del percentatge; el 1988 el 68 % dels joves de 16 anys d'aquest medi concret són *no fumadors*.

Els fumadors més importants es troben entre els repetidors.

2. Els alumnes tenen una idea bastant encertada del *consum excés per dia d'alcohol* (respecte a la població general que és visitada en un CAP) (dada no contrastada).

3. Respecte a les *idees falses sobre l'alcohol* s'equilibra la confusió que hi ha abans del curs, malgrat que després no arriben a 1/3 les respostes correctes.

4. Sobres *el tabac* les idees estan més clares, ja abans del curs més del 80 % identifiquen la nicotina com a causant intrínsec de l'*addicció*.

Ens satisfà constatar que, després del curs, els temes de *salut sexual i drogues* continuen essent els més votats, és a dir, creiem que no hem defraudat la seva expectació. Curiosament són els temes tractats més sovint en disertacions esporàdiques d'educació sanitària. El nostre objectiu és tractar aquests temes amb claretat i objectivitat, exposant les dades, per tal que siguin ells mateixos els qui en treguin les conseqüències, sense entrar en consideracions morals o ideològiques d'un o altre signe, de les quals no despreciam la importància, però no som els professionals adequats per entrar-hi. En tot cas, només podríem donar la nostra opinió a títol personal.

Àrea d'opinió del curs

El curs és valorat positivament per més de la meitat dels alumnes (71/140), d'aquests, 10 el consideren molt interessant. Només 3 el valoren negativament. La resta no opinen (potser per manca de temps en la realització del 2on. test).

Els comentaris positius freqüents són que és: útil, necessari, interessant, clar, informatiu, instructiu, divertit. Algun d'ells valora la bona disposició dels professors i constatem un bon acolliment de la pel·lícula.

Els comentaris negatius que hem recollit són: que és curt –referit a la relació temes/hores– ràpid, superficial –es toquen molts temes amb poca profunditat–, monòton a part de la pel·lícula, els altres temes es donen com a classe magistral. Es constaten problemes de disciplina, d'horaris, desinterès per part d'alguns alumnes i algun tema inacabat.

Conclusió

Creiem en el curs de salut. Aquest primer intent d'avaluació ens ha ensenyat molt sobre com millorar-lo, i també, evidentment, sobre com millorar la selecció i tractament dels temes i la metodologia en general.