

“Trazando el camino” : la experiencia de Costa Rica

La experiencia del proyecto “Trazando el camino” realizado en Costa Rica, ofrece un excelente ejemplo de un programa escolar de adquisición de habilidades para una vida saludable, culturalmente apropiado, destinado a prevenir el uso de alcohol y de tabaco entre los jóvenes.

ANTECEDENTES

Las encuestas de demografía realizadas en Costa Rica a mediados del decenio de 1990 revelaron que el consumo de drogas era uno de los problemas que la población consideraba más graves. En 1995, el Instituto de Alcoholismo y Farmacodependencia (IAFA) examinó el uso de sustancias por la población escolar de adolescentes y determinó que durante el año anterior 51% de los estudiantes habían consumido alcohol, 15% habían fumado y menos de 1% habían usado sustancias ilícitas. Si bien el consumo en el momento de la encuesta era mínimo en el séptimo grado, la edad de iniciación del uso de sustancias se acercó a 13 años, en promedio (Madrigal, Sandi y Ávila, 1998).

Puesto que el Centro Nacional de Prevención de Drogas (CENADRO) ya había asignado prioridad a los programas orientados hacia los adolescen-

tes, el Ministerio de Educación y el IAFA se unieron al CENADRO para buscar una solución al problema del uso de sustancias. Comenzaron por examinar las publicaciones de distintos programas de prevención e identificaron los clasificados con los mejores resultados en la evaluación. Se escogió como modelo el enfoque del programa de adquisición de habilidades para la vida ideado por Botvin y sus colegas en Nueva York, por haber demostrado excelentes resultados a corto y largo plazos. Además, varias escuelas habían recibido antes algún adiestramiento sobre el método basado en la iniciativa de habilidades para la vida promovido por la OMS. Sin embargo, en ninguno de los casos se había abordado la prevención específica del uso de tabaco por medio del programa escolar de adquisición de habilidades para una vida saludable.

El personal de las tres instituciones asociadas supervisó la elaboración del proyecto “Trazando el camino”, una propuesta para ejecutar un programa nacional de prevención del uso de sustancias basado en la enseñanza de habilidades para una vida saludable. El programa se adaptó a partir del manual de capacitación de Botvin sobre ese tema e incluye casi todos los componentes del programa. Se hizo todo lo posible por adaptarlo a la realidad de Costa Rica.

El programa escolar de prevención “Trazando el camino” tiene cinco componentes principales:

1. Un componente *cognoscitivo* destinado a proporcionar información sobre las consecuencias a corto plazo del tabaquismo, las tasas de prevalencia, la aceptabilidad social del tabaquismo en el momento de realizar el programa y la naturaleza adictiva del hábito de fumar;
2. Un componente de *toma de decisiones* destinado a facilitar el juicio crítico y la adopción independiente de decisiones;
3. Un componente de *manejo del estrés* que ayuda a los estudiantes a adquirir aptitudes para enfrentar acertadamente las situaciones de ansiedad y la presión de los pares;
4. Un componente de *comunicación* destinado a enseñar las habilidades sociales y de afirmación personal, mediante técnicas específicas para no dejarse influir por personas que incitan a fumar;

El proyecto “Trazando el camino” se destina a proveer a los estudiantes de la fuerza de voluntad necesaria para rechazar el tabaco, con el fin de prevenir el uso de sustancias, demorar la edad en que comienzan a usarse y reducir el número de jóvenes usuarios de sustancias similares al tabaco.

5. Un componente de *cambio de comportamiento* autodirigido cuyo fin es facilitar la autosuperación, la autoestima y un sentido de control personal.

La iniciativa también promueve la realización de actividades orientadas hacia el abandono del hábito de fumar en las escuelas. Ese componente se agregó para abordar las necesidades de los adolescentes que ya son fumadores adictos. Se ha demostrado que el aban-

dono del hábito de fumar reduce mucho el riesgo de enfermedades causadas por el tabaco y puede prevenir muchas defunciones prematuras. Además, varios estudios indicaron que menos de 3% de las personas que desean dejar de fumar logran hacerlo y mantienen el abandono del hábito sin ayuda (Hughes, Gulliver, Fenwick *et al.*, 1992).

En la iniciativa, basada en la política vigente sobre escuelas sin tabaco, también se reconoce la necesidad de mantener esos locales como ambientes libres de humo de tabaco. El cumplimiento de las reglas de no fumar en los locales escolares reduce la aceptabilidad social del tabaquismo y es absolutamente necesaria para la plena ejecución de un programa escolar de prevención del uso de tabaco.

PROCESO DE PLANIFICACIÓN Y EJECUCIÓN

Los planificadores decidieron concentrar su iniciativa nacional en los estudiantes de séptimo grado de las escuelas públicas y privadas. Sin embargo, se prepararon materiales para ampliar el programa con el fin de llegar también a los estudiantes de 8.º y 9.º grados.

La *primera fase* del proyecto comprendió: 1) lograr consenso sobre los criterios para establecer el programa; 2) preparar los materiales: videocintas y audiocasetes, cuadernos de trabajo para los estudiantes, guías para los maestros y rotafolios (véase en el Apéndice A una descripción de los materiales), y 3) planificar la evaluación del programa.

La *segunda fase* consistió en el ensayo piloto del programa y de la metodología en 13 escuelas públicas y privadas. Varios especialistas del IAFA, el CENADRO y el Ministerio de Educación ayudaron a monitorear los programas piloto y a finalizar el programa.

Durante la *tercera fase* se planificaron y ejecutaron las actividades de for-

mación de maestros en el ámbito nacional. La capacitación se hizo por etapas: primero, el IAFA, el CENADRO y el Ministerio de Educación organizaron un taller de orientación para los asesores técnicos y supervisores regionales. A continuación, ellos dirigieron la capacitación y orientación de los instructores escolares.

Durante esa etapa, el personal del programa nacional también realizó una encuesta básica aleatoria en todo el país. Para determinar los conocimientos, creencias, actitudes y comportamientos de los estudiantes con respecto al tabaquismo, una muestra de 2.600 estudiantes completó un extenso formulario de encuesta con preguntas sobre la familia, el medio social y las características personales. Los resultados de la encuesta se usaron para obtener estadísticas básicas e información para perfeccionar los objetivos del programa.

La *cuarta fase* marcó la ejecución del programa en todo el país, que comenzó en 1999 al iniciarse el año escolar. En la actualidad, la intervención “Trazando el camino” se ha llevado a cabo en más de 95% de las escuelas secundarias públicas de todo el país. Esas escuelas ejecutan el programa una vez por semana durante la hora destinada a “orientación” que, antes de la intervención, no tenía ningún componente curricular estructurado.

FORMACIÓN DE MAESTROS

La formación de maestros incluyó, en primer lugar, la capacitación de los ase-

sores regionales que trabajan para el Ministerio de Educación y se encargan de supervisar las escuelas por región.

Su capacitación comprendió un taller de una semana patrocinado por el Ministerio de Educación, el CENADRO y el IAFA, con apoyo de la OPS. El taller, de naturaleza muy interactiva, permitió que los asesores regionales practicasen sus nuevas habilidades. En segundo lugar, los asesores regionales adiestraron a los orientadores escolares de su región, también con metodología interactiva. A su vez, los orientadores adiestraron a los maestros guía en sus propias escuelas. La duración del adiestramiento de los maestros guía dependió del tiempo asignado por el director de cada escuela para fines de capacitación. En la mayoría de los casos se realizó un taller de dos días. Los maestros guía de las escuelas privadas fueron adiestrados por personal del IAFA.

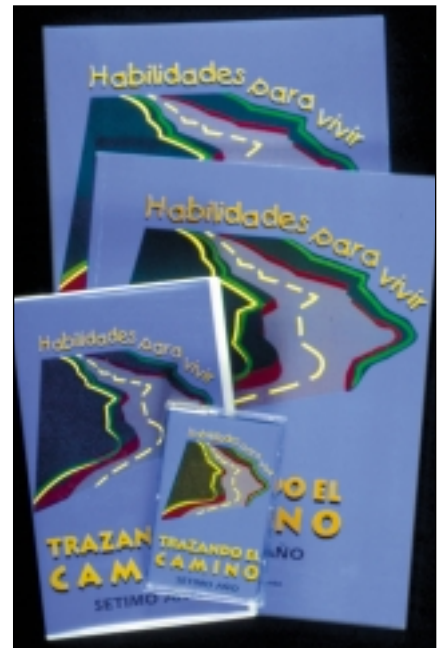
EVALUACIÓN DEL PROYECTO “TRAZANDO EL CAMINO”

Evaluación del proceso

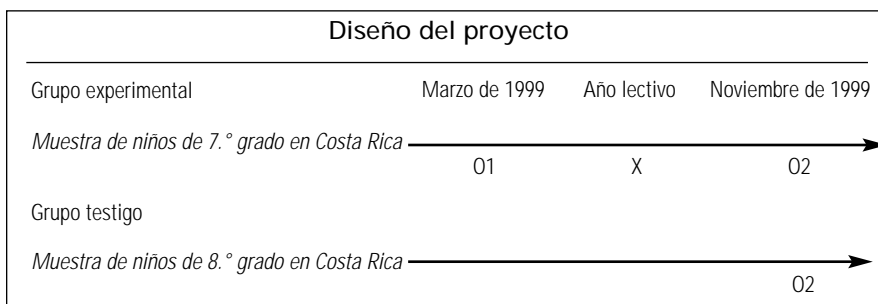
Los organizadores del proyecto “Trazando el camino” diseñaron instrumentos de evaluación para determinar los diferentes campos de interés.

Capacitación. Se llevaron registros de todos los maestros participantes en las sesiones de capacitación.

Poco después de terminadas las sesiones de capacitación, los superviso-



El uso de materiales variados de comunicación, como videocintas y audiocasetes, cuadernos de trabajo para los estudiantes, guías para los maestros y rotafolios, fue indispensable para el éxito de “Trazando el camino”.



res regionales y escolares y los maestros de cada escuela llenaron un formulario de encuesta preparado por personal del Ministerio de Educación. Esa encuesta tuvo por fin determinar la idoneidad de la capacitación, incluso la duración, el contenido y la acogida. Durante el mes de agosto, el CENADRO distribuyó un formulario de encuesta a una muestra de escuelas para evaluar la ejecución del programa. En la encuesta se preguntó también si el adiestramiento había sido adecuado. El IAFA realizará una encuesta al final del año lectivo en la que se preguntará si las sesiones de adiestramiento fueron adecuadas y si los maestros cumplieron con lo indicado en las mismas.

Ejecución. Durante el año escolar, el personal del Ministerio de Educación envió formularios de encuestas periódicas a las escuelas para vigilar la ejecución del programa. Se ha hecho lo posible por comunicarse con los supervisores regionales y determinar si algún obstáculo administrativo impidió la plena ejecución del proyecto.

Se ha entrado en contacto con los maestros de escuela para confirmar el grado de ejecución del programa en el salón de clase (por ejemplo, el número de horas dedicadas a cada asignatura y el uso de todos los materiales).

Independientemente del Ministerio de Educación, el CENADRO realizó una encuesta en una muestra de escuelas para determinar el cumplimiento con la ejecución del programa. La encuesta incluyó preguntas sobre la disponibilidad y el uso adecuado de materiales, y el número de horas dedicadas al programa. Se hizo una pregunta abierta para identificar cualquier obstáculo que impida una ejecución adecuada.

Aceptación. Las encuestas del CENADRO y el Ministerio de Educación incluyeron preguntas sobre la recepción de la iniciativa. Por ejemplo, en el formulario de encuesta se preguntó si el programa escolar se había adaptado bien a la cultura local. Otras preguntas fueron las siguientes: ¿los facilitadores disfrutaron de la dirección del progra-

ma?; ¿los estudiantes disfrutaron del programa?; ¿los estudiantes se adaptaron bien a la metodología participativa?; ¿los padres de los estudiantes aceptaron la ejecución de un programa de esa naturaleza?

Evaluación de los resultados

Se empleó una muestra de 2.600 estudiantes, que llenaron un formulario de encuesta básica al comienzo del año lectivo y otro al final del mismo. Al principio del año lectivo, se hizo una revisión del instrumento empleado que se repitió al finalizar el primer año del programa. Ese instrumento tiene por fin determinar los cambios en los conocimientos, actitudes, creencias y comportamientos de los estudiantes y medir la reducción del uso de tabaco y de otras sustancias en la población en general. En la actualidad, se realiza el acopio y análisis de todos los datos de evaluación en forma agregada, puesto que las medidas básicas empleadas para fines de comparación se recolectaron de esa manera. Se ha recomendado que, si el programa continúa, en el futuro se registren los datos individualmente. También es importante señalar que en los años subsiguientes se evaluará la posibilidad de reducir la edad en la cual comienza el tabaquismo.

También se entrevistó a una muestra de facilitadores locales antes del comienzo del año lectivo con el fin de tener información básica sobre el consumo de tabaco y otras sustancias por parte de los maestros. No es sorprendente que muchos facilitadores se hayan negado a llenar el formulario de encuesta. Sin embargo, el plan consiste en hacer preguntas similares a la misma muestra al final del programa. Se ha formulado la hipótesis de que puede haber una cierta relación entre la actitud del facilitador con respecto al uso de sustancias y los cambios de actitud de sus estudiantes.

El formulario de encuesta llenado por los propios estudiantes intentó responder a las siguientes preguntas:

- ¿Los estudiantes demostraron las habilidades recién adquiridas como resultado del programa?
- ¿Esas habilidades hicieron que disminuyera el uso de sustancias?
- ¿Hay un cambio en los conocimientos de los estudiantes?
- ¿Cambiaron las actitudes y las creencias de los estudiantes?
- ¿Se redujo el número de estudiantes que intentan usar sustancias?
- ¿Aumentó el número de estudiantes que desean dejar de fumar?
- ¿Se produjeron otros cambios?
- ¿Mejoraron las relaciones entre los maestros y los estudiantes o entre estos últimos?
- ¿Se vio afectada la tasa de deserción o de rendimiento académico?

Una encuesta que se proyecta realizar a comienzos del año 2001 permitirá determinar si los cambios de comportamiento persisten después de finalizar el programa.

En general, *los resultados preliminares de la evaluación del proceso del proyecto* revelan un alto grado de aceptación del programa por los participantes y facilitadores. También se han descubierto ciertos obstáculos o limitaciones señalados por los facilitadores del programa, tales como los siguientes:

- Algunos facilitadores no tuvieron tiempo suficiente.
- Se necesitó más de una sesión por tema para desarrollar el programa.
- Algunos facilitadores sintieron que no entendían bien los antecedentes del problema del uso de sustancias y, por tanto, no podían recibir ni contestar debidamente las preguntas de los estudiantes ni eran un buen recurso sobre el tema.

- No fue posible emplear continuamente los materiales en videocintas y audiocasetes porque a menudo se carecía del equipo necesario.
- Algunas escuelas no recibieron todos los materiales necesarios para la plena ejecución del programa.
- Para algunos facilitadores fue difícil usar métodos participativos en clases de 35 estudiantes o más.
- En algunos casos, los estudiantes estaban siempre ausentes durante la hora de “orientación” empleada para las sesiones de “Trazando el camino”.
- En muchos casos, no se informó a los padres con respecto al programa.

Otros elementos también podrían inhibir la ejecución plena del programa. Primero, parece haber cierta incoherencia en el desempeño de los facilitadores del proyecto encargados de la ejecución local. Eso no es raro; en investigaciones anteriores se ha demostrado que algunos programas escolares de prevención similares no siempre son ejecutados de manera uniforme por los maestros participantes (Botvin G *et al.*, 1995). Además, la evaluación del proceso reveló que era preciso modificar la prueba preliminar porque era demasiado larga y a menudo los estudiantes no podían terminarla. Por último, algunas escuelas se quejaron de una participación baja por la falta de motivación de los estudiantes que creen que el abuso de sustancias no es un problema.

Una razón de la incoherencia de la ejecución podría guardar relación con la selección de facilitadores. Se ha formulado la hipótesis de que los facilitadores con conocimientos de humanidades o de salud pueden tener más motivación que los maestros de ciencias o matemáticas. Por desgracia, la selección de facilitadores para el proyecto “Trazando el camino” no se basa en antecedentes pedagógicos, ni siquiera en el interés de los maestros; los maestros seleccionados como facilitadores

son sencillamente quienes necesitan agregar una hora de instrucción a su programa de enseñanza para completar una semana laboral de 40 horas.

El análisis preliminar indica que la ejecución podría uniformarse más al fortalecer la capacitación constante y el apoyo brindado a los facilitadores regionales y locales. En ese sentido, quizá convenga revisar el manual del instructor para incluir más información básica sobre el problema del uso de sustancias, de manera que los facilitadores sientan más confianza con respecto al tema.

También hay que volver a considerar la utilidad del uso de videocintas o audiocasetes para transmitir información sobre el programa. Muchas escuelas carentes de recursos sencillamente no tienen el equipo necesario para usar esas ayudas audiovisuales. Es preciso revisar las sesiones que requieren el uso de un audiocasete para asegurar una mejor ejecución. Un uso más práctico de los recursos del programa podría ser aumentar el tamaño y la cantidad de los carteles empleados en grandes salones de clase.

La ejecución también podría fortalecerse enseñando al personal de las tres instituciones asociadas a observar periódicamente la capacitación y la ejecución en la esfera local y a evaluar la adherencia al protocolo de los programas. Una consultoría permanente provista por el personal nacional del proyecto también podría remediar el problema apoyando mejor a los maestros cuando encuentren barreras para la ejecución de los programas, como los de la baja participación estudiantil.

El análisis de los resultados de la evaluación también indica que la credibilidad del programa debe fortalecerse ante los estudiantes, facilitadores y padres de familia. Con el fin de contrarrestar el escaso grado de motivación o participa-

ción, es importante reforzar las actividades de “Trazando el camino” como parte de una campaña nacional para reducir el abuso de sustancias entre los jóvenes. Los esfuerzos en materia de publicidad deben ser encabezados por las tres instituciones que dirigen el programa. Una mejor promoción y comunicación de los resultados del programa conducirá a una mayor aceptación y a la plena participación de todos los interesados.

Si bien las asociaciones ofrecen una excelente combinación de recursos, competencia y apoyo amplio a los programas de prevención, es importante reconocer las dificultades inherentes a la administración compartida de tales programas entre las instituciones colaboradoras. El IAFA, el CENADRO y el personal del Ministerio de Educación que trabaja en “Trazando el camino” han logrado mucho mediante esa colaboración y siguen adoptando estrategias para mejorar la ejecución de los programas. Por ejemplo, puesto que el personal encargado de establecer el programa representa a tres instituciones distintas, se determinó que cada institución debía ocuparse de un componente separado de la evaluación del proceso. Además, varios representantes de las instituciones han observado que las reuniones regulares donde se comparten los resultados de la evaluación y otra información son de esencial importancia para evitar la duplicación de esfuerzos.

Un análisis más amplio de las evaluaciones presentes y futuras del programa “Trazando el camino” proporcionará orientación para su continuo perfeccionamiento. Se espera que este programa de prevención del uso de tabaco basado en la adquisición de habilidades para una vida saludable se convierta en un componente permanente del programa nacional de educación en Costa Rica.

LECCIONES APRENDIDAS PARA MEJORAR LA EJECUCIÓN

- Las escuelas necesitan estar listas para incorporar los nuevos programas con facilidad.
- Los directores y maestros deben estar convencidos de que el uso de sustancias es un tema importante.
- Los maestros deben ofrecerse como voluntarios para enseñar el programa.
- Los maestros deben recibir adiestramiento adecuado y suficiente.
- Los maestros deben seleccionarse por su compromiso y sensibilidad.
- Todos los maestros de la escuela deben estar al tanto del programa.
- Debe haber una buena relación entre el Ministerio de Salud y el de Educación.
- La ejecución debe ser progresiva.

