GENERAR ESCUELAS PROMOTORAS DE SALUD: PAUTAS PARA PROMOVER LA SALUD EN LA ESCUELA

Versión 2 del documento anterior denominado
'Protocolos y directrices para las escuelas promotoras de salud'

UIPES
UNIÓN INTERNACIONAL
DE PROMOCIÓN DE LA SALUD
Y EDUCACIÓN PARA LA SALUD
www.iuhpe.org

GENERAR ESCUELAS PROMOTORAS DE SALUD:
PAUTAS PARA PROMOVER LA SALUD EN LA ESCUELA

Las escuelas pueden contribuir en gran medida a la salud y al bienestar de sus alumnos. Esta afirmación se ve reconocida día tras día por muchas iniciativas internacionales impulsadas por la Organización Mundial de la Salud (OMS), UNICEF, UNESCO, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) de los Estados Unidos, la Unión Internacional de Promoción de la Salud y de Educación para la Salud (UIPES) y otras. A lo largo de los últimos veinte años han ido evolucionando una serie de estrategias y programas, con nombres tan diversos como *Escuelas Promotoras de Salud, Salud Escolar Integral, Escuelas para los Niños* y la iniciativa *Focusing Ressources on Effective School Health (FRESH)*. Sin embargo, el hilo conductor de todas estas estrategias es un enfoque integral de la escuela y el reconocimiento de que todos los aspectos de la vida de la comunidad escolar son potencialmente importantes para la promoción de la salud. En estos planteamientos ha quedado claro que es necesario ofrecer algo más que simples clases, campañas o acciones puntuales de educación para la salud en el programa de estudios si deseamos que las escuelas desarrollen todo su potencial de promover la salud entre nuestros niños y jóvenes.

Nos hallamos en un momento oportuno para fortalecer la agenda de la promoción de la salud en las escuelas. Cada vez se comprende mejor la relación existente entre la educación y la salud, lo que se refleja en el lugar destacado que se otorga a la educación en los Objetivos de Desarrollo del Milenio formulados por las Naciones Unidas. Actualmente la Comisión sobre Determinantes Sociales de la Salud de la OMS está prestando mucha atención a la brecha inaceptable que se ha abierto entre los países más ricos y los más pobres del mundo y que se traduce en una diferencia en la esperanza de vida de 48 años. La Carta de Bangkok reconoció que la salud tenía que ser una responsabilidad fundamental de todos los gobiernos, los que no deberían reducir su papel al sector sanitario. Asimismo, cada vez tenemos más pruebas de que los programas eficaces en el ámbito escolar, a los que los alumnos se sienten vinculados, pueden tener una repercusión importante en la mejora de la salud y la disminución de las desigualdades.

En los últimos veinte años se ha ido recopilando un conjunto de evidencias que permiten informar a gobiernos, escuelas, organizaciones no gubernamentales (ONGs), maestros, padres y alumnos sobre lo que constituye un programa eficaz de salud escolar. Los programas integrados, holísticos y de largo plazo tienen más probabilidades de lograr buenos resultados académicos y mejorar la salud que aquellos basados en la transmisión de información que se lleva a cabo en las aulas. Estas Pautas para promover la salud en la escuela enuncian los principios básicos y los elementos que integran este tipo de enfoques.

Las Pautas se han elaborado a partir de un proceso de discusión y consulta con profesionales de salud y educación en todo el mundo. Se basa en los mejores estudios, evidencias y buenas prácticas existentes hasta la fecha. Se presenta en un formato resumido para ayudar a los ministerios de educación y salud, a las escuelas, a las ONGs y a otras personas y grupos interesados a ser más eficaces en sus esfuerzos por promover la salud en las escuelas. La segunda versión de este documento incorpora además elementos sugeridos por personas que trabajan en el ámbito de las políticas y las prácticas de salud escolar, que asistieron a varias conferencias internacionales en las que se presentó el documento desde que se publicara la primera versión en 2005.

Para garantizar que estas Pautas ofrecen ayuda concreta a los responsables de las políticas, que suelen disponer de poco tiempo, se decidió no incluir una lista extensiva de todas las referencias científicas; sin embargo, al final del documento ofrecemos una selección de documentos y trabajos fundamentales en esta materia; asimismo, hallarán enlaces relacionados con la salud escolar y bibliografíasmás detalladas en la web de la International School Health Network (http://www.internationalschoolhealth.org) y en la de la UIPES (www.iuhpe.org).

Finalidad de las escuelas promotoras de salud

- **Mejorar los resultados académicos**
  Un alumno sano aprende mejor. La tarea fundamental de una escuela es conseguir los mejores resultados de aprendizaje. Las Escuelas Promotoras de Salud (EPS) eficaces contribuyen en gran medida a que la escuela cumpla sus objetivos educativos y de desarrollo.

- **Facilitar acciones que beneficien a la salud generando conocimientos y habilidades en los ámbitos cognitivo, social y conductual**
  La escuela es un entorno en el que las cuestiones y perspectivas de salud se utilizan para complementar y enriquecer las prioridades educativas, a saber, la alfabetización y el aprendizaje numérico. Las acciones de las EPS ayudan a generar competencias específicas y genéricas y a comprender, analizar y sintetizar la información y a aportar soluciones a las cuestiones locales y mundiales. Los alumnos pueden aprender y practicar habilidades personales y sociales que promueven la salud, lo que a su vez mejora su rendimiento escolar.

PRINCIPIOS PARA PROMOVER LA SALUD EN LA ESCUELA

Una escuela promotora de salud:

- ➜ **Promueve la salud y el bienestar de los alumnos.**
- ➜ **Mejora los resultados académicos de los alumnos.**
- ➜ **Defiende principios de justicia social y equidad.**
- ➜ **Ofrece un entorno seguro y de apoyo.**
- ➜ **Fomenta la participación de los estudiantes y el desarrollo de su potencial.**
- ➜ **Relaciona las cuestiones y los sistemas de salud con los de la enseñanza.**
- ➜ **Aborda las cuestiones de salud y bienestar de todo el personal de la escuela.**
- ➜ **Colabora con los padres de alumnos y con la comunidad.**
- ➜ **Integra la salud en las actividades cotidianas de la escuela, en el programa curricular y en los criterios de evaluación.**
- ➜ **Establece objetivos realistas en base a datos precisos y evidencia científica sólida.**
- ➜ **Busca mejorar continuamente mediante la supervisión y la evaluación.**

Introducir la promoción de la salud en las escuelas

Para poner en marcha una Escuela Promotora de Salud (EPS) se ha demostrado que son necesarios los elementos siguientes:

- **Desarrollar una política de apoyo a la EPS por parte del gobierno o la autoridad local**
  Cuando existen políticas de apoyo a las EPS por parte de las autoridades nacionales, regionales o locales es más fácil que las escuelas acepten la idea. En algunos países, la iniciativa de la EPS ha surgido de la comunidad escolar y luego ha llevado a la adopción de políticas al respecto a escala nacional.

- **Contar con el apoyo de la administración y de la dirección**
  La EPS propone un enfoque escolar integral y como tal necesita el apoyo y el compromiso continuados de los jefes de estudios o de los directores/directivos/administradores de la escuela.

- **Crear un pequeño grupo de personas que asuma de forma activa la dirección y coordinación de las actuaciones, integrado por maestros, personal no docente, alumnos, padres y miembros de la comunidad**
  La EPS funciona mejor cuando la carga de trabajo se reparte entre todos los grupos que participan en la toma de decisiones y en la ejecución. Es esencial que participe un buen número de alumnos y de padres, y que se respeten sus ideas.

- **Auditar/monitorear las actuaciones de promoción de la salud de cada momento de acuerdo con los seis elementos esenciales de la EPS**
  La auditoría/monitoreo examina lo que hace la escuela en un momento determinado analizando cada uno de los seis componentes. Una rápida visión de estos seis componentes sería un buen punto de partida. Si consigue involucrar a todo el personal, generará discusión en torno a las cuestiones de salud y acerca de lo que la escuela debería hacer al respecto. También anima a un grupo más amplio del personal a comprometerse en el proceso de establecer una EPS.

- **Consensuar unos objetivos y una estrategia para alcanzarlos**
  Los objetivos tienen que ser realistas y la estrategia tiene que estar al alcance de los recursos de la escuela.

- **Redactar una Carta de Acuerdo de la Escuela Promotora de Salud**
  Este documento simboliza el compromiso de la escuela e integra los principios desarrollados a nivel local dentro de las políticas de la escuela. La Carta es útil porque contiene los principios y metas y permite que la comunidad escolar celebre sus logros en promoción de la salud. Muchas escuelas exhiben su Carta en un lugar destacado para dar visibilidad y así fortalecer este compromiso.

- **Asegurar que el personal de la escuela y los colaboradores de la comunidad cursen programas de capacitación y tengan oportunidades de poner en práctica los conocimientos y habilidades adquiridas**
  La EPS necesita que el personal comprenda que las actividades fuera del aula son tan importantes como las que se realizan dentro de ella. Es imprescindible que puedan asistir de manera regular a programas de desarrollo profesional y que tengan la posibilidad de presentar sus iniciativas a otras personas y discutirlas con ellas.

- **Celebrar las fechas señaladas**
  Todas las EPS tienen fechas importantes señaladas: la presentación de la Carta, la exposición oral de un alumno ante la comunidad local, el inicio de un programa alimentario o de salud, etc. La celebración de estos acontecimientos ayuda a reafirmar el concepto de EPS en la mente de la escuela, de la comunidad local y de los directivos.

- **Dar un plazo de 3-4 años para obtener los resultados**
  El establecimiento de una EPS no es un proyecto limitado en el tiempo. Es un proceso de cambio, de desarrollo y de evolución que va construyendo una comunidad escolar sana. No obstante, no se puede cambiar todo a la vez y si los objetivos y las estrategias son realistas, podrán producirse cambios sustanciales en un plazo de 3-4 años.

Mantener la promoción de la salud en las escuelas

Se ha demostrado que para mantener los esfuerzos y logros de los primeros años y prolongarlos durante 5 a 7 años más, han de estar presentes los factores siguientes:

- Asegurarse de que existe compromiso activo, continuado y demostrable por parte de los gobiernos y los órganos competentes tanto en la implementación continuada como en la renovación, supervisión y evaluación de la estrategia de promoción de la salud (una forma eficaz de formalizar este compromiso es la firma de un acuerdo de colaboración con los ministerios de de salud y de educación de un gobierno nacional).
- Impulsar los elementos y las actuaciones de promoción de la salud como elementos nucleares del funcionamiento de la escuela.
- Buscar y mantener el reconocimiento de las acciones de promoción de la salud dentro y fuera de la escuela.
- Asegurarse de que se cuenta con el tiempo y los recursos adecuados para la capacitación del personal y de los principales colaboradores.
- Ofrecer oportunidades para promover la salud y el bienestar del personal de la escuela.
- Revisar y renovar cada 3-4 años el plan de trabajo.
- Seguir asegurando unos recursos suficientes.
- Mantener un grupo coordinador y un responsable que supervise e impulse la estrategia con la continuidad de parte del personal y la incorporación de algunos nuevos.
- Asegurar que en la mayor parte de las iniciativas nuevas y en curso participe la mayor cantidad posible de maestros y alumnos en las tareas de consulta y de ejecución.
- Asegurar que la supervisión por parte del sector de la educación considera la promoción de la salud como una parte integrante de la vida de la escuela y que ello se refleja en los indicadores de supervisión.
- Asegurar que la supervisión por parte del sector de la salud considera el aprendizaje del alumno como una parte integrante de la promoción de la salud y que ello se refleja en los indicadores de supervisión.
- Posibilitar la integración de la estrategia de promoción de la salud en la escuela con otras estrategias relevantes relacionadas con la salud, el bienestar y la educación de niños y jóvenes.

Elementos esenciales de la promoción de la salud en la escuela

La Escuela Promotora de Salud (EPS) tiene su fundamento en la Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud de la Organización Mundial de la Salud. Consta de seis elementos esenciales, a saber:

- **Políticas escolares saludables**
  Se definen claramente en documentos o en prácticas generalmente aceptadas que promuevan la salud y el bienestar. Muchas políticas promueven la salud y el bienestar, por ejemplo, las que facilitan que en la escuela se prepare comida sana o aquellas que expresan su rechazo al acoso y el hostigamiento en las escuelas.

- **El entorno físico de la escuela**
  El entorno físico se refiere a los edificios, terrenos, espacios de juego y equipamientos en el recinto escolar y alrededores: el diseño y la ubicación del edificio, la provisión de luz natural y de suficiente sombra, la creación de espacios para el ejercicio físico y de instalaciones para la actividad docente y para una alimentación saludable.

  Se refiere también a: las instalaciones básicas, al mantenimiento y las instalaciones sanitarias para impedir la transmisión de enfermedades; disponibilidad de agua potable, de aire limpio, y a la ausencia de contaminantes medioambientales, biológicos o químicos perjudiciales para la salud en el entorno de la escuela.

- **El entorno social de la escuela**
  El entorno social de la escuela es una combinación de la calidad de las relaciones del personal y de los estudiantes y de éstos entre sí. Está influida por las relaciones con los padres y con la comunidad más amplia.

- **Habilidades de salud individuales y competencias para la acción**
  Se refiere al programa curricular tanto formal como informal y a las actividades relacionadas con éste, a través de las cuales los alumnos incorporan conocimientos, toman conciencia y realizan experiencias adecuadas a su edad que les permiten adquirir competencias a la hora de actuar para mejorar su salud y su bienestar, los de otras personas en su comunidad y fuera de ella, y mejorar sus resultados académicos.

- **Vínculos con la comunidad**
  Los vínculos con la comunidad son las relaciones entre la escuela y las familias de los alumnos y la escuela con los grupos y personas claves de la comunidad. La consulta adecuada con estos grupos y su participación en apoyo a la escuela mejora la EPS y ofrece a los alumnos y al personal el entorno y el apoyo necesarios para sus acciones.

- **Servicios de salud**
  Son los servicios de salud locales y regionales, vinculados con la escuela o basados en ella, que ostentan la responsabilidad de la atención de salud y de la promoción de la salud de niños y adolescentes, a través de la prestación de servicios directos a los alumnos (incluidos aquellos con necesidades especiales). Incluyen:
  – la realización de reconocimientos médicos y de valoraciones por profesionales autorizados y cualificados;
  – servicios de salud mental (incluido el asesoramiento) para fomentar el desarrollo social y emocional de los alumnos; para prevenir o reducir los obstáculos al desarrollo intelectual y al aprendizaje; para reducir o prevenir el estrés y los trastornos mentales, emocionales y psicológicos y para mejorar la interacción social de todos los alumnos.

Cuestiones que podrían frenar el desarrollo y la sostenibilidad de la promoción de la salud en la escuela si no se abordan sistemáticamente

- En el pasado, algunas iniciativas de salud escolar que se financiaron en base a un proyecto a corto plazo, contenían expectativas poco realistas y/o no tenían en cuenta un enfoque global de la escuela.
- Los resultados de la promoción de la salud se producen a medio y largo plazo.
- La evaluación es necesaria, pero difícil y compleja.
- A menudo, en las propuestas de financiación del sector de la salud, se corre el riesgo de distorsionar el planteamiento de la promoción de la salud como si fuera una cuestión de salud pública de morbilidad y mortalidad.
- El sector educativo emplea un lenguaje y unos conceptos que tienen significados distintos en el sector sanitario y en otros sectores, y viceversa. Se necesita tiempo, trabajo en común y respeto mutuo para llegar a una visión y un lenguaje compartidos.
- La necesidad de ofrecer al sector educativo pruebas de las ventajas que una estrategia de promoción de la salud puede aportar a la escuela en la mejora de sus resultados académicos.

Lo que funciona

- Desarrollar y mantener una comunidad escolar democrática y participativa.
- Establecer vínculos de colaboración entre los responsables de las políticas de educación y salud.
- Generar en los estudiantes y sus padres un sentimiento de pertenencia a la vida de la escuela.
- Implementar diversidad de estrategias de enseñanza y de aprendizaje.
- Prever tiempo suficiente para las actividades de aula, para la organización y coordinación, y para las actividades fuera de las aulas.
- Examinar las cuestiones de salud en el contexto de la vida de los alumnos y de la comunidad.
- Utilizar estrategias que adopten un enfoque escolar integral y no la mera trasmisión de información en el aula.
- Ofrecer posibilidades de capacitación permanentes a los maestros y al personal asociado.
- Generar un entorno social que fomente relaciones abiertas y sinceras dentro de la comunidad escolar.
- Asegurar un enfoque coherente en toda la escuela y entre la escuela, la familia y la comunidad.
- Generar la convicción de que los objetivos de la escuela tienen un sentido y un liderazgo claro e inequívoco, y contar con apoyo administrativo.
- Aportar recursos que complementen el rol fundamental del maestro y que se basen en una teoría sólida y en hechos precisos.
- Generar una atmósfera que propicie las mejores expectativas de los alumnos en cuanto a su interrelación social y sus logros académicos.

Referencias básicas de promoción de la salud en la escuela

- Allensworth, D & Kolbe, L. (1987). The comprehensive school health program: Exploring an expanded concept. *Journal of School Health,* 57, 10, 409 -112.
- American School Health Association (2008) "Health Promotion Through Schools: The Federal Agenda" ASHA, Kent Ohio.
- Barnekow, V., Buijs, G., Clift, S., Jensen, B. B., Paulus, P., Rivett, D. & Young, I. (2006). "Health Promoting Schools: a resource for developing indicators". IPC, WHO regional Office for Europe, Copenhagen.
- Blum, R., McNeely, C. & Rinehart, P. (2002). "Improving the odds: The untapped power of schools to improve the health of teens". Center for Adolescent Health and Development, University of Minnesota.
- Clift, S. & Jensen B. B., (Eds.), (2005) "The Health Promoting School: International Advances in Theory, Evaluation and Practice". Danish University of Education Press, Copenhagen.
- Greenburg, M., Weissberg, R., Zins, J., Fredericks, L., Resnik, H. & Elias, M. (2003). "Enhancing school based prevention and youth development through coordinated social, emotional and academic learning". *American Psychologist* 58, 6-7: 466-474.
- Lee A. (2004). "Analysis of the main factors generating educational changes in Hong Kong to implement the concept of Health Promoting Schools." *Promotion & Education;* XI (2): 79-84
- Lister-Sharp, D., Chapman, S., Stewart-Brown, S. & Sowden, A. (1999). "Health promoting schools and health promotion in schools: Two systematic reviews". *Health Technology Assessment,* 3, 1: 207.
- Masters, G. (2004). "Beyond political rhetoric: what makes a school good". *OnLine Opinion – e Journal of Social and Political Debate.*
- Moon, A., Mullee, M., Rogers, L., Thompson, R., Speller, V. & Roderick, P. (1999). "Schools become health promoting: An evaluation of the Wessex Healthy Schools Award". *Health Promotion International,* 14: 111-122.
- Muijs, D. & Reynolds, D. (2005). "Effective Teaching: Evidence and Practice". Paul Chapman Publishing. London.
- Organización Mundial de la Salud (1995). "WHO Expert committee on comprehensive school health education and promotion". Organización Mundial de la Salud, Ginebra.
- Organización Mundial de la Salud (1997) "Conference Resolution: The Health Promoting School- an investment in education, health and democracy". Oficina Regional de la OMS para Europa, Copenhague
- Organización Mundial de la Salud (2007) "Schools for Health, Education and Development: A Call for Action". Organización Mundial de la Salud, Ginebra.
- Patton, G., Bond, L., Carlin, J., Thomas, L., Butler, H., Glover, S., Catalano, R. & Bowes, G. (2006). "Promoting social inclusion in schools: A group-randomized trial on student health risk behavior and well-being." *American Journal of Public Health,* 96, 9.
- Stewart-Brown, S. (2006). "What is the evidence on school health promotion in improving school health or preventing disease and specifically what is the effectiveness of the health promoting schools approach?" Organización Mundial de la Salud, Copenhague.
- St Leger, L. Kolbe, L., Lee, A., McCall, D. & Young, I. (2007). "School Health Promotion – Achievements, Challenges and Priorities" in McQueen, D. V. & Jones, C. M. (eds.) *Global Perspectives on Health Promotion Effectiveness.* New York: Springer Science & Business Media .
- St Leger, L. & Nutbeam, D. (1999) "Evidence of effective health promotion in schools". In: Boddy, D. ed. *The Evidence of Health Promotion Effectiveness: Shaping Public Health in a New Europe.* European Union, Brussels.
- Wells, J., Barlow, J. & Stewart-Brown, S. (2003). "A systematic review of universal approaches to mental health promotion in schools." *Health Education Journal,* 103: 197-220.
- West, P., Sweeting, H. & Leyland, L. (2004). "School effects on pupils' health behaviours: evidence in support of the health promoting school." *Research Papers in Education,* 19, 31: 261-291.
- Young, I. (Ed.) (2002) "The Egmond Agenda", en el informe de una Conferencia Europea que relacionaba la enseñanza con la promoción de la salud en la escuela. IPC de la Red Europea de Escuelas Promotoras de Salud, Oficina Regional de la OMS para Europa, Copenhague y NIGZ, Woerden, Países Bajos.
- Young, I. (2005). "Health promotion in schools – a historical perspective." *Promotion & Education,* XII (3-5): 112-117.

La producción de este documento ha recibido financiación de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de los Estados Unidos (CDC), una Agencia del Departamento de Salud y Servicios Humanos, en virtud del Acuerdo de Colaboración número CDC RFA DP07-708 sobre Capacitación de los países en vías de desarrollo para la prevención de las enfermedades no trasmisibles. La responsabilidad por el contenido de este documento es atribuible únicamente a sus autores y no expresa necesariamente las opiniones oficiales de los CDC.

Imagen en portada: 'Mi escuela', concepto de una escuela saludable según estudiantes latvios. Escuela primaria de Zentenes, Latvia.

UIPES
UNIÓN INTERNACIONAL DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y EDUCACIÓN PARA LA SALUD
www.iuhpe.org

42, boulevard de la Libération
93203 Saint-Denis Cedex – Francia.
Tel: +33 1 48 13 71 20
Fax: +33 1 48 09 17 67 – E-mail: iuhpe@iuhpe.org

Diseño gráfico: www.fredericvion.com