

Una visió crítica en el treball de l'Educació per a la Salut des de l'àrea d'Educació Física

Vicenç Hernández González

Introducció

En els darrers anys s'han modificat les formes de vida i d'ocupació del temps de lleure de les persones. Aquest canvi, impulsat per una transformació tecnològica fruit de la globalització i el capitalisme, ha portat a oferir noves propostes que han portat implícitament una vida més sedentària. És a dir, hem canviat els estils de vida, això ha suposat deixar de fer activitats que exigien algun tipus de desgast energètic. Aquesta evolució ha anat en detriment de la salut. En els darrers anys, s'ha demostrat a través de diversos estudis (Consum, 1992; Elster y Kuznets, 1995; M. Piéron y Colaboradores, 1996; Serra Majem, Román Viñas y Aranceta Bartrina, 2006) que cada vegada hi ha més problemes de salut. Actualment, més del 22% dels nens/es pateixen trastorns alimentaris d'algun tipus (sobrepès, obesitat,...).

Resoldre aquesta problemàtica i fer-ho des de l'escola és un repte que han d'afrontar no només els professionals de l'educació sinó també la societat. És per això, que la recerca es centra en l'EpS. Plantejar estratègies que facilitin el treball de l'EpS i més concretament a través de l'àrea d'EF com a principal objectiu. Considerem l'EF com una de les disciplines que de manera més directa pot incidir sobre la salut, així Sainz (1984:145) afirma que: *“La educación para la salud tiene grandes pilares donde se sustenta tanto los éxitos como los fracasos de una didáctica de salud. Uno de los grandes pilares es la Educación Física”*.

Objectius de la recerca

La nostra investigació planteja els següents objectius generals:

- Dissenyar un qüestionari que faciliti informació sobre la percepció que tenen els docents d'EF al voltant de l'EpS.
- Conèixer la percepció que tenen els docents d'EF sobre l'EpS.
- Extreure'n unes conclusions que ens permetin dissenyar un programa d'aplicació.

Fonamentació metodològica

D'acord amb els objectius formulats anteriorment, la nostra proposta metodològica s'emmarca dins l'àmbit educatiu, i per tant s'hauran de tenir en compte les diferents perspectives metodològiques que s'utilitzen en aquest camp.

La nostra recerca s'emmarca dins de la *Perspectiva empíric-analítica o quantitativa, positivista o racionalista*. Les modalitats d'investigació en aquesta perspectiva són: experimental/quasi-experimental/no experimental. S'emmarca dins de la empíricoanalítica o quantitativa, ja que busquem conèixer la percepció dels docents d'EF sobre l'EpS, a partir del qüestionari.

En aquest estudi, hem treballat la informació de manera quantitativa per poder-la tractar de manera estadística, i així poder descriure la situació (Juvinyà, 1997). És a dir, hem fet un “Status Qüestionis”

D’acord amb els pressupostos de la metodologia empiricoanalítica o quantitativa ens trobem amb els tres plantejaments anteriors, en el nostre cas i d’acord amb els objectius plantejats, utilitzarem una metodologia *no experimental*, ja que busquem obtenir informació dels professors, sense cap mena de modificació ni intervenció sobre la situació objecte d’estudi. L’únic que farem es facilitar els qüestionaris, que ells tindran que omplir i retornar (Juvinyà, 1997).

Dels diferents mètodes que sosté la metodologia no experimental, nosaltres utilitzem el mètode descriptiu. Aquest recull i analitza les informacions amb finalitat exploratòria.

Instrument per a la recerca: el qüestionari

El instrument utilitzat per la recollida de dades ha estat el qüestionari. Es molt habitual aquesta tècnica per a les investigacions de tipus descriptiu (Pardo de Vélez y Cedeño Collazos, 1997). Aquest és caracteritzen per ser un conjunt de preguntes estructurades i enfocades. Una de les avantatges que té el qüestionari és la facilitat d’emplenar-lo sense ajuda dels investigador (Salkind, 1999).

En el seu disseny es poden utilitzar diverses preguntes per la seva elaboració. Així doncs, podríem plantejar preguntes tancades, dicotòmiques, de múltiple opció, les escales. Tenim escales ordinals, de Likert, gràfiques, analògiques visuals i per últim preguntes obertes (Gerrish y Lacey, 2008).

Les raons per les quals varem seleccionar el qüestionari com a instrument de recollida de informació varen ser bàsicament 3. La primera la facilitat per obtenir informació diversa d’un conjunt ampli de persones, la segona el baix cost econòmic i per últim possibilitat d’emplenar-lo sense ajuda del investigador.

El protocol que varem utilitzar va ser el següent: el primer va ser fer una carta de presentació on s’explicava el propòsit de la recerca, persones que estaven implicades i els objectius. En segon lloc, se’ls demanava la seva col·laboració en la recerca a través de l’ompliment del qüestionari i se’ls assegurava l’anonimat i la possibilitat d’accedir a les dades si estaven interessats una vegada la recerca estigues finalitzada. Tota la informació es va transmetre per correu electrònic.

En l’elaboració del qüestionari vam seleccionar preguntes tancades. Aquestes es feien amb l’objectiu d’excloure aquells subjectes que no es trobaven dins de la mostra que volíem estudiar. També varem plantejar preguntes categoritzades dicotòmiques o de múltiple opció. En aquest dos últims casos, s’utilitzava per extreure informació més subjectiva del subjecte.

Enquesta epidemiològica

La proposta que varem plantejar va ser l’elaboració i aplicació d’un qüestionari als diferents docents d’EF de la província de Lleida per poder determinar de manera ràpida i general la situació actual envers el tema que estem tractant.

Objecte d’estudi

“La prevenció i la promoció de la salut en l’àrea d’educació física”

Objectius

- Identificar si l’EpS es treballa als centres docents.
- Determinar la manera com els docents d’EF aborden el tema de l’EpS.
- Conèixer quines són les possibilitats que ofereix l’àrea l’EF per a la promoció de la salut en els escolars.

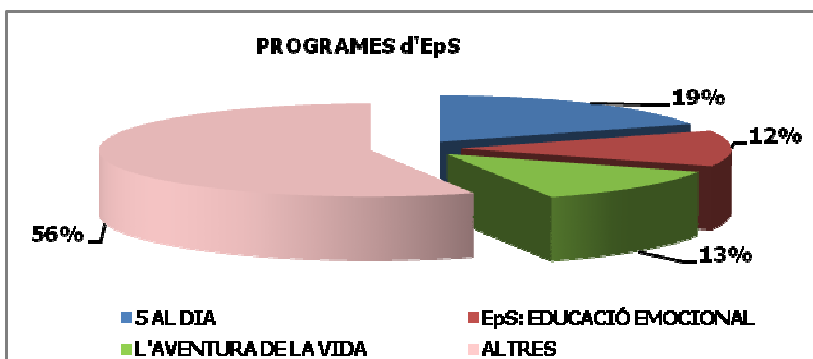
- Identificar els recursos, de que disposen els docents d'EF per treballar l'EpS en els centres docents.
- Conèixer les possibilitats d'aquests recursos per treballar i promocionar l'EpS.

Resultats i anàlisi de dades

Del total de respostes que varem obtenir, el 91% eren centres de titularitat pública, un 9 % concertada i cap de titularitat privada. El 64 % de respostes són d'homes i 36 % són dones.

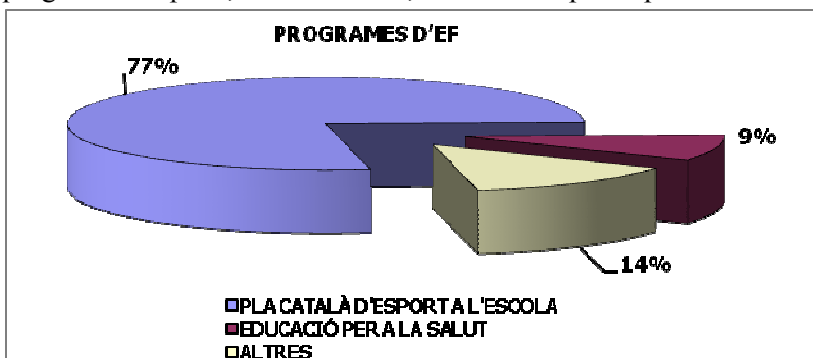
A continuació passem a comentar les dades obtingudes. En primer lloc, la gran majoria dels enquestats treballen a l'etapa d'educació infantil amb un 28 %, i a primària amb un 52 %. Només un 15 % treballen a secundària i un 3 % a Batxillerat. En segon lloc, una de les qüestions era saber quants centres participaven en algun programa/projecte d'EpS i quins eren aquests. Només un 40,9% participava en programes d'EpS.

Si observem la gràfica 1, mostra la relació de programes d'EpS que es treballa a les escoles. Podem comprovar que el programa "5 al dia" amb un 20% i el projecte "L'aventura de la vida" amb un 13% són els dos programes amb més participació. Cal remarcar que aquest programes no són específics de l'àmbit de l'EF. D'altra banda, també varem cercar si els centres participaven en projectes específics d'activitat física, el 48% ho feia. A la gràfica n° 2, s'observa que el programa d'activitat física que té més acollida als centres docents és amb un 76% el Pla Català d'Esport a l'Escola. (PCEE).



Gràfica 1. Tipus de programes d'EPS.

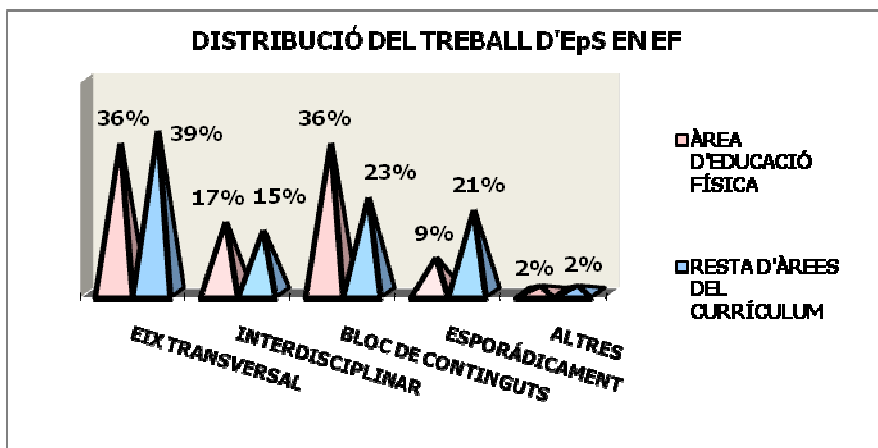
Seguint amb aquest discurs, a la pregunta "Ha treballat en alguna escola on es portés a terme un programa d'EpS?", només un 13,63% havia participat. En referència als programes d'activitat física només un 6,81% tenia experiència en aquest tipus de programes.



Gràfica 2. Tipus de programes d'activitat física.

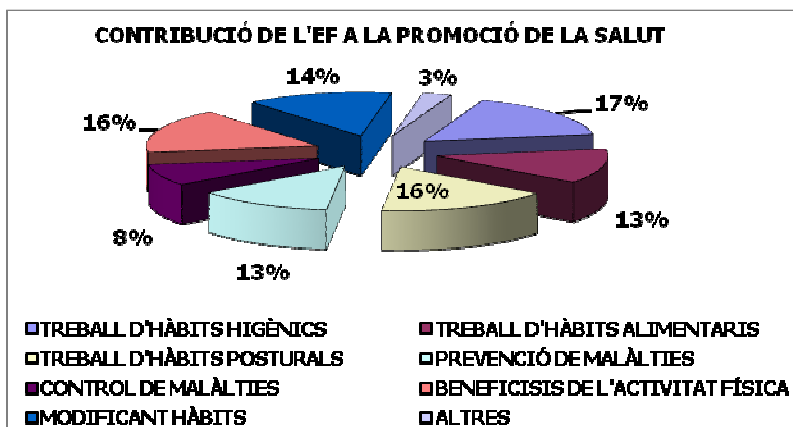
El 86,36% van afirmar que treballaven l'EpS en els seus centres, tant des de l'EF com des de la resta d'àrees del currículum.

La gràfica 3, indica com treballaven l'EpS en l'àrea d'EF, aquest ho fan com a bloc de continguts i com a eix transversal un 36%, mentre que un 17% ho fa de manera interdisciplinària. També podem veure com en la resta d'àrees del currículum es treballa transversalment amb un 39%. Un 23% dels centres treballa l'EpS com a bloc de continguts, i només un 17% ho fa de manera interdisciplinària.



Gràfica 3. Distribució segons manera de treballar l'EpS en l'àrea d'EF o la resta d'àrees del currículum.

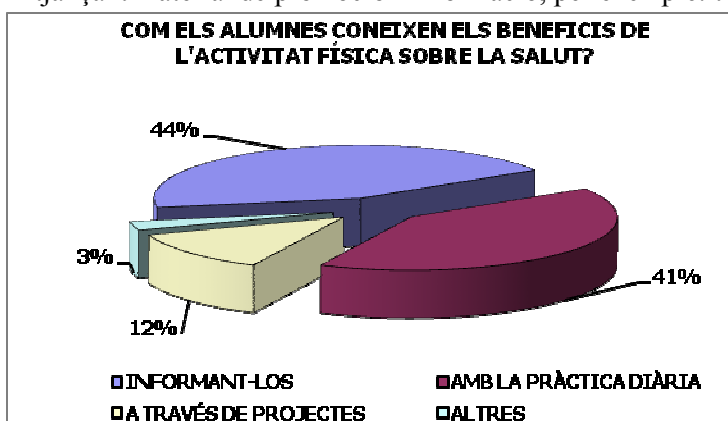
Esbrinar la percepció dels docents sobre com podia l'EF contribuir a promoure la salut, era un dels objectius del qüestionari. El resultat va constatar que un 17% consideraven l'adquisició d'hàbits



higiènics com una de les millors maneres sobre la qual l'EF podia contribuir, mentre que un 16%, defensaven que ho podien treballar mitjançant l'adquisició d'hàbits posturals i amb els efectes positius de la pràctica diària d'activitat física. Un altre 14% pensava que es podia treballar mitjançant la reducció d'hàbits incorrectes.

Gràfica 4. Contribució de l'EF en la promoció de la salut segons els docents.

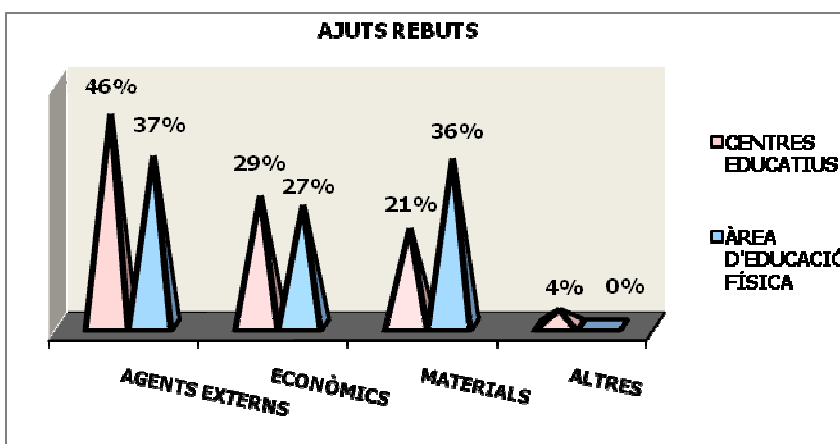
A la pregunta: *De quina manera creieu que els alumnes s'assabenten del beneficis de l'activitat física sobre la salut?*, els resultats els podem veure gràfica 5, un 44% dels docents pensava que mitjançant material de promoció i informació, per exemple: tríptics, pòsters, xerrades, etc. En canvi



un 41% dels enquestats assegurava la pràctica diària com la millor eina. Només un 12% plantejava els projectes com a mètode eficaç. Un dels aspectes que més criticaven els enquestats va ser les poques ajudes que rebien. Només un 41% de les escoles assegurava rebre algun tipus d'ajut, el restant 59% no rebia cap tipus de suport - econòmic, material, personal-.

Gràfica 5. Manera com els alumnes coneixent els beneficis de l'activitat física sobre la salut.

La gràfica n° 6, exposa els tipus d'ajuts que reben les escoles per un costat, i l'àrea d'EF per l'altre. Poden veure com el tipus d'ajut que reben les escoles és a través d'agents externs amb un 46%, en canvi un altre 29% diu que els ajuts són de tipus econòmic, mentre que un 21% es material.



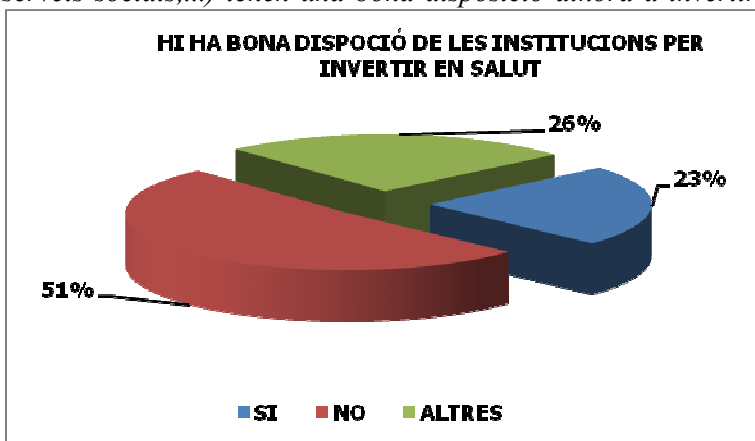
Gràfica 6. Distribució dels ajuts rebuts segons l'àrea d'EF o la resta d'àrees del currículum.

En canvi, l'àrea d'EF els ajuts que reben són amb un 36% material, un 37% és a través agents externs. Mentre que els ajuts econòmics només són d'un 27%.

Ara bé, només el 50% de docents enquestats assegurava rebre ajuts per a treballar l'EpS a través de la seva àrea. Si tenim en compte, que només el 41% d'escoles rep ajuts per treballar l'EpS. Com a resultat tenim que només un 21% dels docents d'EF reben recolzament ja sigui personal, econòmic o material per treballar l'EpS.

Ara bé, només el 50% de

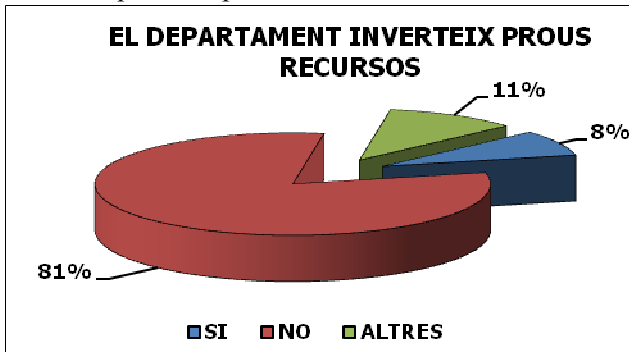
A la pregunta: *Creu que les diferents institucions (ajuntaments, consells esportius i comarcals, serveis socials,...) tenen una bona disposició alhora d'invertir recursos per a la promoció de la salut a l'escola?*, si observem



la gràfica 9, veurem que un 23% dels enquestats afirmava que hi havia una bona disposició, mentre que un 51% deia que no existia aquesta predisposició, el restant 26% exposava que només de vegades.

Gràfica 9. Disposició de les institucions per invertir en salut.

Per un altre costat, també volíem conèixer específicament si el Departament d'Educació tenia una bona predisposició per invertir en salut a les escoles. El resultat va concloure, assegurant que un 81% diu que el Departament d'Educació no inverteix prous recursos. Només un 8% assegurava que hi ha inverteix prou.



A l'última pregunta de l'enquesta es qüestionava la facilitat amb la que les escoles en general, i els docents en particular, podien accedir als diferents tipus d'ajuts. El resultat va donar a conèixer que el 76% assegurava que era un procés lent i difícil, mentre que el 15%, assegurava que aquest procés no era lent.

Gràfica 9. Disposició de les institucions per invertir en salut.

Conclusions

A continuació exposem les conclusions més rellevants del qüestionari.

- Els centres educatius de Lleida que han participat en l'enquesta, tenen una molt baixa participació en projectes d'EpS només un 40,9%. Dada que es contradiu amb la informació estreta dels diferents projectes d'EpS que s'estan portant al territori. Exemple: el programa "Salut i Escola" o "l'aventura de la vida"; tenen molta participació segons les dades facilitades, en canvi, poques escoles de la nostra mostra hi participen.
- Hem comprovat, que els projectes on col·laboren institucions autonòmiques, asseguren major participació. Així s'ha constatat en veure les dades de projectes com: Pla Català de l'Esport a l'Escola (PCEE) amb un 76%, " 5 al dia" amb un 20%, o "l'aventura de la vida" que té un 13% de participació.
- El 100% dels enquestats coincideix en afirmar que l'EpS s'ha de treballar des de l'escola i que l'EF és el pilar sobre el qual es sustenta el treball de la salut.
- La gran majoria de centres treballa l'EpS com a eix transversal 39%, els especialistes d'EF ho fan amb un 36%, encara que molts docents d'EF també ho fan com a bloc de continguts també amb un 36%.
- Un 17% consideren que el treball d'EpS a l'àrea d'EF ha d'anar dirigit cap al treball d'hàbits higiènics per millorar la salut, un altre 16% de la mostra considera el treball dels hàbits posturals i l'activitat física amb els beneficis que aquesta aporta sobre la salut com els principals temes a tractar a l'àrea d'EF per tal de millorar aquesta salut. Idea que queda reforçada per la gran participació de centres al PCEE, om el principal objectiu del PCEE és: *augmentar la pràctica d'activitat física dels escolars a Catalunya.*
- El 44% dels enquestats asseguren que la millor manera de promoure la salut és a través del treball sistemàtic durant les classes i també mitjançant l'aportació de material de promoció i informació, per exemple: tríptics, pòsters,... Aquest pot ser un molt bon indicador de cap on podríem encaminar futurs estudis. En canvi, un 41% considera que el millor mecanisme de promoció de la salut és mitjançant la pràctica diària d'hàbits.
- És alarmant comprovar que només el 40% de centres reben ajuts per treballar l'EpS, però és més preocupant verificar que del total de centres que reben ajuts, només un 50% d'ells destinen recursos a l'àrea d'EF. És a dir, un 21% del total.
- Majoritàriament els tipus d'ajuts que reben els centres és en un 46% a través d'agents externs, mentre que l'àrea d'EF és a través de materials diversos.
- Només els docents que reben ajuts tenen un discurs positiu a l'hora de valorar positivament la bona disposició de les institucions amb un 23%, en canvi, un 51% no defensen la feina feta per les institucions.
- Més s'agreuja la percepció que tenen del Departament d'Educació al comprovar que el 81% no creu que el Departament estigui implicant-se prou en el treball i promoció de l'EpS. A demés, el 76% considera com a molt lents els processos burocràtics per accedir als pocs ajuts que l'administració donar.

En aquest estudi, hem fet una aproximació al treball de l'EpS a través d'una petita recerca de tipus descriptiu. Amb la finalitat de poder entendre millor el context en el que volem treballar.

Des dels nostres plantejaments inicials, passem a mostrar quins han estat les relacions que s'han establert entre els objectius inicials i les valoracions del procés.

L'estudi descriptiu sobre la percepció dels docents d'EF envers l'EpS: "Status qüestionis" planteja en els inicis de la investigació, els següents objectius:

1. Dissenyar un qüestionari que faciliti informació sobre la percepció que tenen els docents d'EF al voltant de l'EpS.
2. Conèixer la percepció que tenen els docents d'EF sobre l'EpS.
3. Extreure unes conclusions.

Un cop feta la recerca i fent una valoració global podem dir que tots els objectius s'han complert. El qüestionari com a instrument de recerca ha estat dissenyat per nosaltres mateixos. Aquest instrument, ens ha servit després per extreure informació diversa referent a la percepció que tenen els docents d'EF sobre l'EpS, i gràcies a tota aquesta informació, a posteriori, hem pogut extreure una gran quantitat de conclusions referents a l'objecte d'estudi.

Aquests objectius tenen la finalitat de permetre construir el marc teòric sobre el qual es desenvoluparà el *Programa d'intervenció i promoció d'uns estils de vida saludables des de l'àrea d'Educació física*. Aquest ha de servir per aconseguir formar alumnes socialment crítics, amb actitud i aptitud responsable envers la seva salut, entenent que aquestes actituds i aptituds els ajudaran a construir la seva identitat personal dins d'una societat acceleradament canviant.

Referències bibliogràfiques

- Arnal, J., Del Rincón, D. y Latorre, A. (1992). Investigación educativa. Perspectivas y metodologías. . Barcelona: Labor.
- Casas, F. (1998). Infancia. Perspectiva psicosociales. Barcelona: Paidós.
- Consum, C. d. S. i. (1992). Programa d'Educació per a la salut en l'escola. Los equipos de atención primaria y su intervención en la escuela. Valencia: Generalitat Valenciana.
- Gerrish, K. y Lacey, A. (2008). Investigación en enfermería. Madrid: McGraw-Hill.
- Juvinyà, D. (1997). L'educació per a la salut a l'escola i el paper del professorat. Girona, Girona.
- Ledesma, N. G. (1992). Student's and teachers: A review of the research. Journal of research in Science Teaching.
- OMS y FIMS. (1995). Exercise for health. Bulletin of the World Health Organization, 73(2).
- Pardo de Vélez, G. y Cedeño Collazos, M. (1997). Investigación en Salud. Factores Sociales. Santafé de Bogotá: McGraw-Hill.
- Piéron, M. (2007). Educar para un estilo saludable: un desafío para la escuela y los profesores de educación física. Paper presented at the Educación física en el siglo XXI.
- Piéron, M. y Colaboradores. (1996). Estilo de vida, práctica de actividades físicas y deportivas, calidad de vida.
- Ramos Gordillo, A. (2003). Actividad física e higiene para la salud. Gran Canaria: ULPGC.
- Saez, S., Font, P., Pérez, R. y Marqués, F. (2001). Promoción y educación para la salud. Conceptos, metodología, programas. Lleida: Milenio.
- Sainz, M. (1984). Educación para la salud. Libro del profesor. Madrid: Proyecto de investigación educativa de "Educación para la salud en el Medio Escolar".
- Salkind, N. J. (1999). Métodos de investigación. México: Prentice Hall.
- Serra Majem, L., Román Viñas, B. y Aranceta Bartrina, J. (2006). Actividad física y salud. Estudio enKid (Masson ed.). Barcelona.