

“EL ÚLTIMO GRAZNIDO” EVALUACIÓN DE UN PERIÓDICO DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD¹

Jorge Everardo Aguilar Morales y Jaime Ernesto Vargas Mendoza²

Asociación Oaxaqueña de Psicología A.C.
Centro Regional de Investigación en Psicología
México

Resumen. Decidir la mejor manera (menor esfuerzo y mayor resultado) para presentar mensajes en la población abierta que promueva la salud mental, requiere de una metodología mínima que con objetividad nos conduzca a tomar decisiones de diseño y contenido para el logro de estos objetivos. Este reporte pone a su disposición una experiencia piloto y una propuesta metodológica mínima. Los resultados indican la utilidad de esta propuesta en la evaluación del impacto de mensajes persuasivos en la población.

El desarrollo de comportamientos saludables se ha convertido en un objetivo prioritario en el ámbito de la psicología comunitaria. La definición de lo que son comportamientos saludables y su enseñanza es una tarea en la que se ocupan con mayor frecuencia los psicólogos.

En este sentido la educación para la salud se ha planteado básicamente dos objetivos principales: Enseñar conocimientos adecuados para la salud y propiciar conductas o comportamientos facilitadores de la salud. Al desarrollar hábitos y costumbres sanas en la gente de manera específica lo que se pretende es: *“Modificar las pautas de comportamiento de la gente cuando los hábitos o costumbres individuales y sociales son insanos o peligrosos para la salud; Promover la modificación de factores externos al individuo que influyen negativamente en la salud; Lograr que los individuos y los grupos organizados de la comunidad acepten la salud como valor fundamental, lo que hace necesario: Cambiar la concepción medicalizada e individualista de la salud y Cambiar los estilos de distribución de servicios de cuidado de la salud”*.

El interés actual es sobre todo el de desarrollar comportamientos más que el de realizar solamente la transmisión de la información, sin embargo el proporcionar conocimientos apropiados sobre el cuidado de la salud sigue siendo importante en las primeras etapas de un proceso educativo. (Costa, M y López E. 1986).

Se ha definido una gran cantidad de comportamientos relacionados con la salud, estos pueden ser agrupados en los siguientes rubros: Realizar actividad física regular, prácticas nutricionales adecuadas, desarrollar comportamientos de seguridad o prevención de accidentes, disminuir el consumo de drogas, aumentar las prácticas adecuadas de higiene, desarrollar comportamientos de auto-observación, desarrollar un estilo de vida minimizador del estrés, realizar donaciones de sangre y órganos, adquirir competencias para establecer relaciones sociales y resolver problemas interpersonales. Desarrollar comportamientos adecuados para manejar eventos vitales y cumplir y seguir prescripciones de salud.

¹ Trabajo presentado en el XXXII Congreso del Consejo Nacional para la Enseñanza e Investigación en Psicología realizado en Mexicali en el abril del 2005.

² Los autores agradecen a Irving Cruz, Liliana Díaz, Iliana Gutiérrez, Miriam Guzmán y Rosa Guzmán su apoyo en el diseño y elaboración del periódico Evaluado”

Tradicionalmente al elaborar los programas de salud, estos se han dividido de acuerdo al objeto de su intervención en programas dirigidos a la salud materno infantil, a la salud del escolar, a la atención del adulto y el anciano, al cuidado ambiental y a la atención de problemas específicos como grupos de apoyo a personas con diabetes, insuficiencia renal, hipertensión, neoplasias, etc. (Mc Alister, A. L. 1981)

Con respecto a la enseñanza de comportamientos saludables aquellos proyectos que han introducido elementos de la teoría del aprendizaje social han sido los efectivos en lograr cambios de comportamiento relacionados con la salud. Destacan por ejemplo el Stanford Three Community proyect y el North Karelia Proyect dirigidos a reducir la incidencia en la enfermedad cardiaca coronaria.

En estos modelos destacan dos estrategias básicas:

1. La planificación y programación de los antecedentes de una conducta.
2. La planificación y programación de condiciones estimulantes reforzantes.

La planificación y programación de los antecedentes, incluye: Exposición a mensajes persuasivos; La clarificación de valores y juicios respecto a temas controvertidos en cuestiones de salud, sobre todo de aquellos que impiden la adopción de comportamientos saludables; la exposición de modelos de salud, la implantación de señales discriminativas en el medio ambiente para el desarrollo de comportamientos saludables. Sobre todo encaminadas a: Atenuar o disminuir estímulos que mantienen conductas problemáticas y a implantar estímulos facilitadores de conductas saludables, contracontrol y finalmente aumentar la accesibilidad a dispositivos de ayuda para el cambio de conducta, tanto de servicios profesionales como de contexto adecuados (gimnasios, parques, etc. etc.). (Costa, M y López E. 1986).

Por su parte la planificación y programación de las condiciones estimulantes reforzantes, incluye:

El desarrollo de situaciones en las que las personas reciban retroalimentación positiva de manera inmediata a la producción de

comportamientos saludables (reconocimiento, aumento de status, etc.).

En la planificación de los antecedentes el desarrollo de mensajes persuasivos implica la necesidad de utilizar una metodología clara en su elaboración y en la evaluación de su efectividad. En lo referente a su elaboración se han hecho las siguientes recomendaciones para elaborar un mensaje de educación para la salud: presentar el mensaje de forma inteligible; evitar la "jerga" técnica; dar nociones elementales de salud; ilustrar información con ejemplos cercanos al individuo o a la gente a la que dirigen el mensaje; comprobar si los mensajes van siendo entendidos a través de preguntas sobre lo dicho u otros procedimientos; enfatizar la importancia del mensaje; usar palabras y frases cortas; usar pocas frases; utilizar categorías explícitas y claras; repetir; no dar muchos mensajes de salud al mismo tiempo; dar normas específicas, detalladas y concretas acerca de cómo llevar a efecto la prescripción de la salud; mostrar una actitud amistosa y cercana; mostrar métodos educativos bidireccionales; enfatizar el carácter de diálogo y acuerdo.

En los medios de comunicación de masas, además se sugiere: utilizar canales múltiples y a horas accesibles para la audiencia elegida; repetir a menudo los mensajes de modo consistente; persistir en largos periodos de tiempo; garantizar la novedad, el entretenimiento y asegurar la audiencia seleccionada; garantizar que el mensaje responda a las necesidades sentidas por la audiencia; promover la interacción con la audiencia, garantizar que los mensajes tengan alto nivel de apoyo y aceptación en el ambiente del receptor; facilitar la audiencia de oportunidades para expresar y practicar los mensajes recibidos; facilitar que se escuche y discuta el programa en grupos; facilitar la implicación personal y promover conductas alternativas.

En lo referente a su efectividad se podría evaluar: el rating, que se refiere al número de receptores; la conducta emitida en un sistema de elección, el número de personas que no están en contacto directo con el emisor pero que reciben la información entre otras. Sin embargo la metodología para evaluar dichos mensajes, se ha desarrollado mas en el terreno de los estudiosos de la comunicación que en el campo de la psicología y más ligado a asuntos electorales que a intereses médicos.

Nuestra inquietud fue la de evaluar el impacto sobre la población al hacerle accesible información de contenidos sobre salud mediante un formato de periódico mural.

Método

Sujetos

Fue observada la conducta de la población abierta que asistió a la feria del libro ubicada en el centro de la ciudad de Oaxaca, lugar en el que fue instalado un periódico mural

Materiales

Se utilizó un panel de cartón de 1.5 x 1.5 metros, dividido en 6 secciones: niños, jóvenes, adultos, tercera edad, comunidad y un editorial, cada una de las cuales contenía mensajes de educación para la salud.

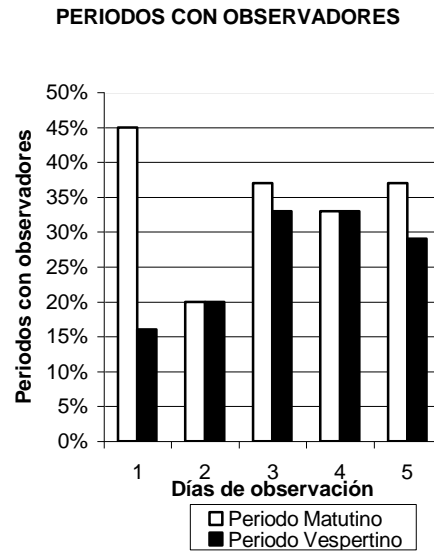
Procedimiento

Se registro mediante bloque continuo el número de sujetos presentes que hacían contacto visual con el periódico de manera que al término de cada intervalo de 5 minutos se contaba el número de sujetos que estaba orientado hacia los estímulos textuales de nuestro periódico (Pla-Check). La observación se realizó por cinco días, en dos periodos de dos horas, uno por la mañana y otro por la tarde.

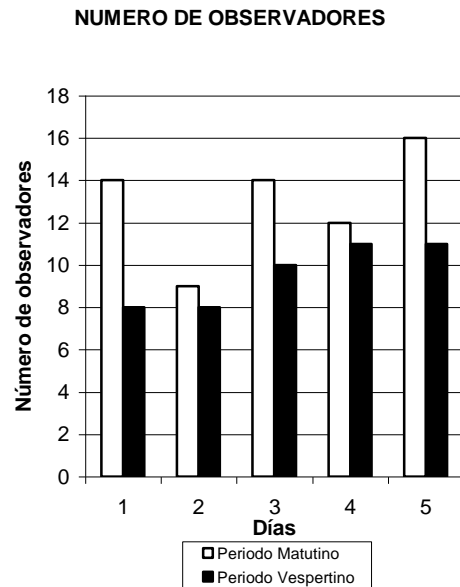
Resultados

Como se puede apreciar en la gráfica 1, al realizar el registro se encontró que en el 30% de las ocasiones hubo por lo menos una persona observando el periódico, y en la gráfica 2 se puede notar que en promedio 13 personas atendían¹ el periódico por cada periodo de observación de dos horas.

Gráfica 1



Gráfica 2



¹ Atendían = contacto visual con

Discusión

Esta experiencia nos demuestra que es posible aprovechar los espacios urbanos, donde se concentra la población para recibir servicios o para realizar actividades de esparcimiento y colocar por la vía del periódico mural información que promueva la salud mental comunitaria. De acuerdo a los datos producto de esta investigación podemos darnos cuenta que la metodología utilizada permite determinar la frecuencia con que se observa un periódico de este tipo.

Por otra parte es importante mencionar que en escenarios de esta naturaleza existen múltiples estímulos competitivos, lo que nos lleva a pensar en la necesidad de incrementar la intensidad de la estimulación en el vehículo y los mensajes del periódico, específicamente aumentar las dimensiones del panel de soporte y otras variables que recomendaría la mercadotecnia (Tipo de imagen, colores, tipo de letra, etc. también sería conveniente evaluar en un futuro la comprensión del mensaje y efecto de este sobre el observador de manera directa y sobre otras personas de manera indirecta, de igual manera se podría determinar la manera en que la ubicación del influye en el número de observadores, o se podría utilizar esta metodología para realizar estudios comparativos en donde se analicen variables estructurales de tipo lingüístico.



Conclusión

El periódico mural es una vía práctica para difundir mensajes en escenarios abiertos con población heterogénea. Es también un vehículo que posibilita la investigación sistemática de variables ambientales (independientes) y sus efectos en la conducta del observador (dependiente).

Referencias:

- Costa m. y López, E. (1986) *Salud comunitaria*. España: Editorial Martínez Roca.
- Mc alister A. L. (1981) *Social an environmental influences of health behavior*. Health Education Quarterly. Vol. 8
- Mc Duhan, M. (1980) *El medio es el mensaje*.