EL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE COMO HERRAMIENTA PARA EL DESARROLLO DE CONDUCTAS SALUDABLES

AUTORES:

Pilar Cayrasso Buzón; Raquel Rodríguez Posada; Andrea Fernández Morillo

Hospital Universitario Puerta de Hierro, Hospital Dr. R. Lafora; Hospital Materno Infantil.

INTRODUCCIÓN:

El proceso de enseñanza-aprendizaje es clave en la promoción de conductas saludables, ya que permite abordar la educación en salud de forma integral, promoviendo el aprendizaje y la motivación hacia conductas responsables con el propio bienestar (1,2). Este proyecto optimiza dicho proceso mediante una metodología estructurada y un análisis de factores que facilitan a la comunidad educativa adoptar y mantener conductas saludables (2,3).

OBJETIVOS:

- **Objetivo principal:** Conocer el estado actual del proceso de Enseñanza-Aprendizaje en la promoción de conductas saludables y su impacto en la salud.
- **Objetivos secundarios:**
  - Describir evidencias recientes sobre su uso.
  - Identificar aspectos clave en el desarrollo de hábitos saludables .
  - Analizar el rol de la enfermera como promotora en este proceso.

METODOLOGÍA:

Se realizó una búsqueda bibliográfica en bases de datos internacionales de Ciencias de la Salud, utilizando términos como “education”, “learning”, “healthy lifestyle” y “health education”. Los operadores booleanos “AND”, “OR” y “NOT” fueron empleados para refinar los resultados. Se establecieron criterios de inclusión y exclusión para asegurar la relevancia de los estudios seleccionados (2,4).

ANÁLISIS DAFO:	Aspectos negativos	Aspectos positivos
Factores internos	Debilidades • Formación continua • Recursos tecnológicos • Resistencia al cambio	Fortalezas • Compromiso • Recursos tradicionales • Apoyos institucionales
Factores externos	Amenazas • Presupuesto • Falta de apoyo • Políticas educativas	Oportunidades • Fondos para proyectos • Tecnologías emergentes • Cambios en la conciencia social

DESARROLLO:

El análisis DAFO muestra factores internos y externos que impactan en el desarrollo de conductas saludables. Las fortalezas incluyen la formación continua y los recursos tecnológicos, y las debilidades abarcan resistencia al cambio y dependencia de recursos tradicionales. Las amenazas incluyen falta de apoyo institucional y presupuesto, y las oportunidades comprenden cambios en la conciencia social y tecnologías emergentes (1,3).

El proyecto se estructura en fases clave. Primero, se realiza un diagnóstico inicial para evaluar conocimientos y recursos. Luego, se establecen objetivos claros para integrar prácticas saludables y se diseñan estrategias pedagógicas con actividades interactivas y capacitación continua. Estas actividades incluyen estudios de caso y juegos, promoviendo la participación activa de la comunidad educativa mediante alianzas estratégicas y una metodología participativa (3). La integración de tecnología facilita el acceso a la información sobre salud y fomenta la toma de decisiones informadas, mientras que la evaluación y el seguimiento continuo aseguran la sostenibilidad del programa y permiten realizar ajustes según sea necesario (1,4).

Además, el proceso de Enseñanza-Aprendizaje en hábitos saludables y salud mental fomenta el bienestar emocional, empleando técnicas como simulación médica, aprendizaje basado en problemas (ABP) y realidad virtual, y promoviendo actitudes de empatía y escucha activa. La implementación incluye una fase piloto, capacitación continua, recursos personalizados, eventos comunitarios y monitoreo para ajustar los resultados y lograr un entorno que promueva estilos de vida saludables a largo plazo (2,3)

CONCLUSIONES:

Este estudio subraya la importancia de integrar educación y salud para el desarrollo de conductas saludables. Un enfoque adaptado al estudiante facilita la adopción de hábitos saludables mediante tecnología y colaboración comunitaria. La capacitación del personal educativo es fundamental para el éxito, mientras que la limitada literatura sugiere la necesidad de futuras investigaciones en diferentes entornos (1,3). En síntesis, el proyecto optimiza el proceso de enseñanza-aprendizaje en salud, promoviendo comunidades más informadas y comprometidas con el bienestar.

BIBLIOGRAFÍA