



JUNTA DE ANDALUCÍA



Forma Joven,
una estrategia
de salud para
adolescentes
y jóvenes de
Andalucía

Forma Joven

una estrategia
de salud para
adolescentes y
jóvenes de Andalucía

GUÍA Forma Joven: una estrategia de salud
para adolescentes y jóvenes de Andalucía. --
1ª reimp. -- [Sevilla] : Escuela Andaluza de
Salud Pública, 2009

60 p. ; 24 cm

1. Adolescente 2. Promoción de la salud
3. Educación I. Escuela Andaluza de Salud
Pública

WS 463

WA 590

1ª reimpresión, 2009

EDITA: Junta de Andalucía. Consejería de Salud

ISBN:

DEPÓSITO LEGAL:

MAQUETACIÓN: Catálogo Publicidad

IMPRIME:

ÍNDICE

5	Presentación
7	1. Antecedentes
11	2. Justificación
17	3. Análisis de la situación
23	4. Los objetivos de Forma Joven
27	5. Forma Joven y la Educación Secundaria
31	6. Los principios que caracterizan Forma Joven
41	7. Elementos que constituyen Forma Joven
51	Bibliografía de referencia
55	Anexo 1

FORMA
JOVEN

Presentación

Forma Joven es una estrategia de salud dirigida a **promover entornos y conductas saludables entre la gente joven** de Andalucía. Basado en la acción intersectorial, en su desarrollo cooperan varias Consejerías de la Junta de Andalucía así como otras instituciones y agentes sociales como ayuntamientos, asociaciones de madres y padres.

En esencia, la estrategia consiste en **acercar las actividades de promoción de la salud y de prevención** de los riesgos asociados a la salud, **a los entornos donde conviven jóvenes y adolescentes** y otorgarles, además, un papel activo y central en dichas actividades.

Forma Joven pretende capacitar a chicos y chicas para que elijan las opciones más saludables en cuanto a los estilos de vida: alimentación, actividad física, sexualidad, etc. y en cuanto a su bienestar psicológico y social, así como en la prevención de la accidentabilidad, el tabaquismo y otras adicciones. Se trata de **aportarles instrumentos y recursos para que puedan afrontar los riesgos** para su salud más comunes y frecuentes en estas edades.

Se desarrolla en los **Puntos Forma Joven, ubicados en los diversos espacios frecuentados por la población adolescente y juvenil** como son institutos de enseñanza secundaria, escuelas taller, universidades, espacios de ocio, comunitarios, etc. Allí coinciden los **actores fundamentales** de Forma Joven: **chicos y chicas, profesionales** de educación, profesionales de salud **y mediadores y mediadoras**. Dependiendo del espacio de que se trate, adquieren protagonismo profesionales de otros sectores, instituciones y organizaciones, pero siempre se mantiene el protagonismo de la propia población joven, con la que se desarrollan y se realizan actividades individuales y grupales sobre los temas más importantes relativos a la salud de la juventud.

El presente documento constituye la **primera monografía de la *Guía Forma Joven***, la cual pretende facilitar información actualizada sobre distintos aspectos que configuran la estrategia Forma Joven. En cada monografía se abordan distintos temas, tales como la situación de salud de la juventud andaluza, el manual de diseño y desarrollo de proyectos Forma Joven, las estrategias de intervención y las buenas prácticas en los ámbitos de la sexualidad, la actividad física, la alimentación equilibrada, la salud mental positiva, la accidentalidad, etc. Su finalidad es **servir de apoyo a la actuación de todas las personas implicadas en la promoción de salud de la población joven de Andalucía** en general, y a las que trabajan y colaboran en el entorno Forma Joven en particular.

Esta propuesta parte de la revisión de la experiencia aportada por la anterior *Guía Forma Joven*¹ para ampliar los contenidos según los nuevos retos que plantea la población joven en Andalucía, actualiza la información y modifica el formato para hacerlo más dinámico y facilitar su utilización.

Esta Monografía 1 expone los fundamentos de la estrategia Forma Joven y sus principios rectores y describe sus componentes, así como los procedimientos y recomendables para trabajar en Forma Joven.

¹ *Guía Forma Joven*. Dirección General de Salud Pública y Participación. Consejería de Salud de la Junta de Andalucía, 2004.

Antecedentes

Forma Joven nace en el marco del Plan de Atención a la Salud de los Jóvenes en Andalucía, publicado en 2001 con el objetivo general de **“Reducir la morbilidad y mejorar la respuesta a los problemas de salud de adolescentes y jóvenes”**. Se venía constatando entre la juventud una incidencia evitable de embarazos no deseados, accidentes de tráfico, consumo de drogas, sida y otras enfermedades de transmisión sexual, etc.

De otro lado, la Consejería de Educación y el Instituto Andaluz de la Mujer, concluyeron en identificar como prioridad la educación afectivo sexual de chicos y chicas, entre otras, y la Consejería para la Igualdad y el Bienestar Social estaba desarrollando iniciativas de prevención de drogodependencias y de formación de mediadores y mediadoras, a través de la Dirección General de Drogodependencias y el Instituto Andaluz de la Juventud, con la estrecha colaboración del Consejo Andaluz de la Juventud.

Conscientes de que la población joven no acude a los servicios de salud, las **consejerías y organismos implicados en la promoción de salud de la juventud andaluza, coordinaron sus esfuerzos con el planteamiento inicial de acercar los servicios de salud a los espacios frecuentados por ésta** en forma de **“asesorías”**, donde pudieran consultar y obtener respuestas a temas de salud que les preocupaban. Es así como Forma Joven se inicia en los Institutos Públicos de Enseñanza Secundaria de Andalucía.

Diferentes consejerías y organismos coordinan esfuerzos para acercar los servicios de salud a los espacios donde están adolescentes y jóvenes, en forma de “asesorías”.

**Evolución desde
2001 a 2008,
con 536 Puntos
Forma Joven.**

Desde el inicio se implantó en todas las provincias andaluzas y en siete años de rodaje ha pasado **de 82 Puntos** Forma Joven en el curso 2001-2002 **a los 536** del curso 2007-2008. La consolidación de Forma Joven es un hecho y su cobertura va más allá del 50% de los Centros Públicos de Educación Secundaria, alcanzando a una población aproximada de 170.000 adolescentes y jóvenes (86.248 chicos y 86.408 chicas). Además este volumen de Puntos cuenta con la participación de más de 1500 profesionales de diversos sectores, principalmente salud y educación.

Durante este periodo se han desarrollado también experiencias fuera de los centros educativos: universidades, escuelas taller o ámbito comunitario, que no han alcanzado el volumen anteriormente descrito pero que son de máximo interés para alcanzar a la diversidad de población en estas edades.

2 justificación

Adolescencia y juventud forman parte de un periodo de transición entre la niñez y la vida adulta. Los procesos de maduración física y cognitiva y los de aprendizaje social y emocional que se desarrollan en estos años tienen características muy peculiares y definidas. Se trata de una etapa de la vida cada vez más prolongada porque los acontecimientos que suelen marcar la entrada a la vida adulta, como son la inserción en el mundo laboral y la independencia de la familia de origen, tienden a retrasarse cada vez más.

Cuando hablamos de adolescentes y jóvenes en Andalucía estamos abordando una realidad muy diversa y heterogénea que tiene que ver con la edad, el sexo, la extracción socioeconómica o la ocupación, pero también con el espacio geográfico, el hábitat, las condiciones familiares, o el entorno cultural, etc.

A pesar de la diversidad, a estas edades las personas comparten fundamentalmente un pautado desarrollo físico-biológico y psíquico que comienza sobre los 11-12 años, y culmina por lo general, en los primeros años de la tercera década de la vida. Ese desarrollo integral conlleva un proceso de cambio y adaptaciones continuas que suelen ser un ejercicio complejo para sus protagonistas.

La mayor parte de las chicas y chicos acaban siendo capaces de sortear muchos de los obstáculos a los que se van enfrentando, y culminan con éxito su transición, para acabar convirtiéndose en personas adultas bien integradas y con un buen ajuste psicosocial.

Características peculiares de adolescentes y jóvenes. Proceso de cambio.

Diferentes realidades y diversas en Andalucía.

La mayor parte de la población joven culmina con éxito esta etapa, aunque algunos/as no cuentan con los recursos oportunos para afrontar determinados riesgos.

Estos obstáculos pueden desembocar, sin embargo, en situaciones de importantes consecuencias para la salud: accidentes con graves secuelas o fallecimiento; trastornos ansioso-depresivos que, en ocasiones, derivan en conductas suicidas; consumo de alcohol o drogas con patrones nocivos; violencia en la relación con iguales o parejas; relaciones sexuales poco seguras y poco sanas que pueden derivar en enfermedad o maternidad no deseada.

Estas situaciones se presentan con mayor frecuencia en jóvenes y adolescentes que, en la mayoría de los casos, no cuentan con los recursos personales, familiares y sociales oportunos en el momento de afrontar los riesgos habituales en esta etapa de la vida. Son diversas las causas que intervienen en el desarrollo de estas conductas, pero entre las principales están: la falta de apoyo familiar, la falta de conocimientos y habilidades, la inexperiencia, la búsqueda de sensaciones nuevas y, sobre todo, la baja percepción del riesgo y el sentimiento de invulnerabilidad que les caracteriza.

En todo caso, desde la perspectiva de la salud, adolescentes y jóvenes comparten características y comportamientos parecidos. Les preocupa poco su salud porque, en general, están sanos y las enfermedades se visualizan a muy largo plazo. Consecuencia de esto es que rara vez consultan y se acercan a los espacios sanitarios. No perciben al sistema sanitario como un promotor de su bienestar sino como un lugar al que acudir cuando se enferma, lo que les mantiene alejados del sistema porque, mayoritariamente, su salud autopercebida es buena.

Se trata de personas sanas, y por ello consultan poco los servicios sanitarios.

No obstante, la obesidad, el tabaquismo, requieren de actuaciones prioritarias.

A esto se añade que están emergiendo problemas de salud determinados por las conductas y los entornos sociales, que afectan a un grupo cada vez mayor de jóvenes. La obesidad y el tabaquismo son verdaderas epidemias que tendrán consecuencias demoledoras sobre la salud y la esperanza de vida de la población en las próximas décadas, y que requieren de actuaciones prioritarias y específicamente diseñadas para promover estilos de vida saludables.

En este contexto nace **Forma Joven**, como **instrumento para acercar la promoción de salud a la gente joven y a sus familias**. Pretende contribuir a fomentar estilos de vida saludables que sean a su vez compatibles con sus necesidades e intereses, así como dotarles de recursos adecuados para que puedan afrontar con éxito los riesgos para su salud.

Se trata de propiciar el acercamiento entre jóvenes y recursos de diferentes instituciones que contribuyan a promover una mejor salud y a prevenir riesgos, y que tiene como escenarios el espacio educativo, la familia y la comunidad.

Como se afirma en la Carta de Ottawa para la Promoción de Salud², *“es esencial proporcionar los medios para que, a lo largo de su vida, la población se prepare para las diferentes etapas de la misma y afronte las enfermedades y lesiones crónicas. Esto se ha de hacer posible a través de las escuelas, los hogares, los lugares de trabajo y el ámbito comunitario, en el sentido de que exista una participación activa por parte de las organizaciones profesionales, comerciales y benéficas, orientada tanto hacia el exterior como hacia el interior de las instituciones mismas”*.

² *Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud*. Primera Conferencia Internacional de Promoción de la Salud, Ottawa, 21 de noviembre de 1986. OMS. Salud Pública Educ Salud 2001; 1 (1): 19-22.

Forma
JOVEN

3 análisis de la situación

Aunque se dedique una monografía al análisis de la situación de salud de la juventud andaluza y de sus determinantes, es interesante contar con un dibujo a grandes trazos de las características de la población a la que se destina Forma Joven.

La población diana de Forma Joven se compone de aproximadamente 1.600.000 adolescentes y jóvenes de entre 12 y 25 años, con un porcentaje ligeramente superior de chicos que de chicas.

Esta cifra representa alrededor de un **25% de la población total** de Andalucía. Aunque la tendencia es decreciente (32% en 2001 y 30,1% en 2006), ocupan los escalones más anchos de la pirámide poblacional. Mantienen, pues un peso importante en el conjunto de la sociedad actual y futura.

El último estudio HBSC³ realizado en 2006 con una muestra de jóvenes de 11 a 17 años pertenecientes a Institutos de Enseñanza Secundaria, arroja por primera vez datos desagregados para la población andaluza. De ellos podemos decir que pertenecen en su mayoría a familias biparentales (10% de monoparentales), con 1,56 hermanos de media. Casi tres cuartas partes disponen de una habitación de uso exclusivo en sus hogares y la mitad de un ordenador. **El 75% dice estar muy satisfecho con las relaciones familiares** y piensan que la **comunicación con sus padres es fácil**, aunque esta fluidez decrece a medida que se cumplen años. Un porcentaje similar afirma estar sometido a supervisión y tener a sus progenitores, sobre todo a sus madres, muy pendientes de su comportamiento. También se sienten **satisfechos con la escuela** aunque los chicos muestran peor ajuste con relación a las chicas.

Adolescentes y jóvenes representan el 25% del total de la población.

HBSC: 75% satisfacción con la escuela, con sus relaciones familiares, y fácil comunicación con sus progenitores.

³ Health Behaviour in School-Aged Children. Universidad de Sevilla. Ministerio de Sanidad y Consumo. OMS, 2006.

35% satisfacción con su apariencia y 55% con su autoestima.

Más del 40% consume dulces y azúcares y sólo el 12% consume fruta a diario.

26% por encima del percentil 75 del IMC, y se realiza poca actividad física y mucha actividad sedentaria (70% de 1 a 3 horas).

Edad promedio inicio relaciones sexuales 19,1 años edad.

5,2% no usa ningún método anticonceptivo.

20% mantienen relaciones sin preservativos.

La percepción que tienen de su salud es excelente y aunque solo un **35% está contento con su apariencia, su autoestima general sube hasta un 55% de chicos y chicas satisfechos consigo mismos**. Sólo un 2-3% de nuestros jóvenes tienen un nivel significativamente bajo de autoestima.

Sus hábitos de vida no difieren significativamente del resto del país. **Consumen muchos dulces y bebidas azucaradas** (más del 40%) **y poca fruta** (solo el 12%) a diario. Casi el **50% consideran que su peso está bien**, aunque a los 17 años un 20,8% de las chicas hace dieta frente a un 11% de los chicos. Un **26% de jóvenes presentan un IMC por encima del percentil 75 y un 10% no hace ningún tipo de actividad física** más allá de las clases de educación física. Este porcentaje **es superior en las chicas** y aumenta para ambos sexos a medida que avanzan en edad. Tras la jornada escolar, el tiempo se reparte en **actividades sedentarias**. Así casi el 70% emplea de 1 a 3 horas tanto en hacer “los deberes” como en ver TV, vídeos o DVD, a lo que hay que añadir el tiempo empleado en juegos de ordenador, consola, internet, chats, etc.

Otras conductas que entrañan riesgos para la salud de los chicos y las chicas son las relacionadas con la sexualidad y con el consumo de sustancias nocivas.

En el **sexo se inician a partir de los 15,33 años**, con una edad de 19,1 años de media. En las edades más tempranas no suelen practicar el sexo con un elevado número de parejas diferentes, ya que los chicos declaran un promedio de 2,39 parejas y las chicas 1,54. Aunque más de un 80% manifiestan usar preservativo en sus relaciones, existe un preocupante **5,2% que no usa ningún método anticonceptivo**, y un **2,5% de chicas** que al menos han tenido **un embarazo**, y la edad de mayor riesgo serían los 15-16 años. Además un **20% manifiestan tener relaciones sexuales sin preservativo** (aunque puedan usar otros métodos anticonceptivos) lo que supone un riesgo con respecto al contagio de sida y otras infecciones de transmisión sexual (ITS).

Con respecto a las sustancias adictivas consumen fundamentalmente y de forma más masiva **alcohol, tabaco y porros**. **Se inician** en el tabaco y el alcohol sobre la misma edad, **13,5 años**. A esa edad, un **28% de chicos ha probado el tabaco y un 50% el alcohol**. Son muy notorias las diferencias por sexo en perjuicio de las mujeres. Aunque el consumo de tabaco no crece significativamente en este tramo de edad (permanece en un 30%) no ocurre lo mismo con el alcohol y a los **18 años el 92,4% de los jóvenes ya han tomado alcohol y un 20% ha tenido en su vida una o más borracheras**. Los porcentajes en el consumo de sustancias no legales caen hasta un 2,47% para el cannabis y porcentajes no superiores al 1% para las drogas de diseño, cocaína, opiáceos, etc, cuyo inicio suele ser posterior a la etapa del estudio.

Algo de lo que se habla en tiempos más recientes y que viene a añadirse a los riesgos para la salud y bienestar de los adolescentes es lo que se ha venido en llamar maltrato entre iguales, acoso o mobbing. En los datos del estudio referente a este tema se revela que al menos un **2%** de nuestros chicos y chicas **entre 11 y 17 años reciben maltrato cada semana, que puede tomar las formas de insultos, motes, burlas, aislamiento, amenazas golpes, etc**. Pero si la realidad del sufrimiento continuo de estos chicos y chicas es importante, aún más lo es identificar que **alrededor de un 20%** de nuestros adolescentes **confiesa haber participado alguna vez en el maltrato a ese 2% de víctimas**.

Edad de inicio en el tabaco y alcohol 13,5 años.

A los 18 años, el 92% ya ha tomado alcohol y el 20% ya ha tenido una o más intoxicaciones etílicas.

Un 2% de chicos y chicas entre 11 y 17 años manifiestan recibir acoso en forma de insultos, motes, burlas, amenazas,...

Un 20% confiesa haber participado alguna vez en ese acoso.

**Forma
JOVEN**

los
4 objetivos
de forma joven

Forma Joven tiene como objetivos:

- > **Acercar la promoción de salud** a los lugares que frecuentan habitualmente los chicos y chicas.
- > Contribuir a **dotarles de recursos y capacidades** para afrontar los riesgos.
- > Incentivar la posibilidad de **compatibilizar salud y diversión**.
- > Favorecer la **elección de las conductas más saludables**.

Forma Joven pretende contribuir al **desarrollo**, en la población joven y adolescente, **de las competencias** básicas necesarias **para su crecimiento personal y social**, especialmente en los aspectos relacionados con su salud **física, psíquica y social** y con la salud del **entorno**; contribuyendo también a detectar precozmente problemas de salud o situaciones de riesgo. Y todo ello, acercando los instrumentos necesarios a los lugares frecuentados habitualmente por chicos y chicas.

Las estrategias fundamentales para el logro de sus objetivos son tres:

- > Poner a disposición de chicos y chicas, en sus lugares de encuentro habitual, los recursos que les permitan elegir conductas saludables y evitar riesgos, ya sea a través de la información, la formación u otras actividades dirigidas al desarrollo de competencias y habilidades personales y sociales.
- > Fomentar la adecuación de los entornos en los que se desarrolla su vida (el medio educativo, el familiar, los lugares de ocio y el medio laboral) para que sean espacios seguros y saludables que minimicen las situaciones de riesgo.
- > Contar con la participación de educadores, familias y, sobre todo, de la propia gente joven para llevar a cabo actividades, de manera que respondan a sus intereses y expectativas.

**Forma
JOVEN**

forma joven y la

5educación
secundaria

Los centros de Educación Secundaria son instituciones educativas creadas específicamente para procurar el desarrollo intelectual, afectivo, social de las personas jóvenes que atienden. Se convierten, por ello, en **espacio idóneo para la intervención promotora y preventiva que caracteriza a Forma Joven.**

El Real Decreto 1631/2006 de 29 de diciembre por el que se establecen las enseñanzas mínimas correspondientes a la Enseñanza Secundaria Obligatoria y el decreto 231/2007 de 31 de julio describen las competencias básicas que el alumnado deberá haber adquirido al finalizar la etapa. De éstas, se recoge en el Anexo 1 una descripción de las que mejor pueden contribuir al desarrollo de conductas saludables.

También recogen que la organización y funcionamiento de los centros, las actividades docentes, las formas de relación, y cualquier actividad que se desarrolla en los mismos deberá contribuir al desarrollo de las citadas competencias.

Por su parte el Decreto 416/2008 de 22 de julio, por el que se establecen las enseñanzas del Bachillerato en Andalucía, en su artículo 3 establece que se orienta a desarrollar, de forma integral, las aptitudes y capacidades del alumnado que permitan su integración social como adulto y que se integrarán los aprendizajes y experiencias desarrollados en horario lectivo con aquellos se puedan conseguir mediante actividades extraescolares.

Los centros de educación secundaria son espacios idóneos para la intervención promotora y preventiva de Forma Joven. La Consejería de Educación describe las competencias básicas que mejor pueden contribuir al desarrollo de conductas saludables del alumnado. Forma Joven se presenta como un instrumento de apoyo al desarrollo de estas competencias.

En este contexto, Forma Joven se presenta como un instrumento educativo de apoyo al desarrollo de las competencias básicas. Como tal deberá integrarse en el Proyecto Educativo, apoyarse en el desarrollo curricular de las respectivas áreas y engranarse como recurso con todos los demás elementos del centro.

Los centros docentes constituyen un espacio idóneo para la prevención y también para la detección precoz de determinadas conductas que pudieran enquistarse en el alumnado. Muchas familias, por desconocimiento o falta de tiempo, no acuden a los servicios sanitarios ante determinados problemas de importancia para el desarrollo social y educativo de sus hijos e hijas.

La asesoría Forma Joven puede ayudar a los centros a derivar con premura al alumnado que lo precise a la red del sistema sanitario a fin de favorecer una intervención rápida en conductas puedan suponer riesgos para la salud.

De esta manera ambos ámbitos institucionales se complementan y colaboran en el desarrollo de sus respectivos fines, en beneficio siempre de la persona y la familia del alumno o alumna.

los
6 principios
que caracterizan
forma joven

Las ideas o principios que definen las actuaciones de Forma Joven son comunes a los proyectos de promoción de salud:

1: El respeto a los derechos individuales

Como en todas las intervenciones de promoción de salud, Forma Joven se propone fomentar la adopción de conductas saludables, pero siempre como **una elección personal**, en ningún caso como la imposición de patrones de conducta o la discriminación de aquellas personas que no adopten las conductas que se fomentan.

2: Dar prioridad a los problemas de mayor impacto

Dentro del amplio abanico de temas que pueden ser objeto de acciones de promoción de salud dirigidas a jóvenes, Forma Joven pretende **dar prioridad a aquellos temas que tienen un mayor impacto sobre la salud** en este grupo de edad.

Esta idea es la que impone, en los momentos actuales, que Forma Joven oriente sus esfuerzos a promover conductas saludables en torno a posibles adicciones, con mayor énfasis en el consumo de tabaco y alcohol, a promover el sexo seguro, a disminuir la accidentalidad, al desarrollo mental saludable, a la alimentación equilibrada y a la actividad física.

3: Acción intersectorial y coordinación

El resultado de las actuaciones de promoción de salud depende de la **intervención de todos los sectores** y agentes relacionados. La **participación de todas las consejerías** implicadas, **junto a otras instituciones**, como ayuntamientos o asociaciones etc. es determinante para el éxito de una propuesta de carácter integral como es Forma Joven.

Forma Joven se basa en la **acción intersectorial coordinada**, que aúna el compromiso y el esfuerzo conjunto de los sectores implicados en la promoción de estilos de vida saludables y de entornos favorecedores. Como se detalla más adelante, participan los sectores de salud, educación, bienestar social, tráfico, consumo, etc., además de asociaciones locales y la propia gente joven en el papel de mediadores/as. La acción intersectorial se materializa en el Equipo Forma Joven que supone el encuentro de actores en el territorio entorno a un proyecto común.

4: Compromiso Formal

La concreción en el territorio de Forma Joven ha de establecerse con un **compromiso formal de adhesión al proyecto** por parte de la institución con la que se va a trabajar. El proyecto que se vaya a poner en marcha ha de estar recogido en el Plan de Centro de los centros educativos, o en los planes o documentos que rigen el desarrollo de las actividades de la entidad de que se trate.

5: Diversidad de acciones

Forma Joven se desarrolla a través de varios tipos de acciones complementarias:

Información, orientación, consejo, de forma individual o grupal y en sus espacios.

Planificación y programación.

Actividades didácticas, programadas en clase.

- > Las **asesorías**, en las que se oferta información, asesoramiento, formación, orientación, consejo básico, etc. y pueden ser realizadas por distintas personas formadas previamente: profesionales de educación, de salud o de otros sectores, que cuentan con la colaboración de jóvenes no profesionales en funciones de mediación. Lo que las caracteriza es que **se realizan a demanda, en los espacios que frecuentan adolescentes y jóvenes**, y tienen **como objetivo facilitar la comunicación cercana entre chicas y chicos y quienes les asesoran**. Las asesorías **pueden ser individuales o en grupo**. Las primeras son las que se destinan a personas individuales, aunque los chicos y chicas puedan acudir acompañados o en un pequeño grupo de hasta cuatro o cinco. Las grupales responden a demandas planteadas por un número mayor. En este caso suelen adquirir la forma de taller u otro formato colectivo.
- > Los **proyectos**, que implican una **programación** y tienen como destinatarios siempre a “grupos” definidos: grupo clase, grupo natural en el barrio, miembros de una asociación, grupos de padres y madres, etc. Cuentan con la participación de diferentes actores según el tema a trabajar, y se desarrollan en los tiempos y lugares que defina cada proyecto.
- > Las actividades **didácticas**, que consisten en el **desarrollo de propuestas docentes** sobre diversos contenidos **para ser realizadas en clase** du-

rante el horario lectivo y están relacionadas con los objetivos y contenidos de las distintas áreas de aprendizaje. Estas actividades aportan significado funcional y lógico al curriculum ordinario y contribuyen especialmente al desarrollo de las competencias básicas. Son las actividades más potentes para la prevención y para el aprendizaje. Aunque en ocasiones es necesario ampliar algunas áreas para poder abordar un problema de gran relevancia, como es el caso de la sexualidad o el tabaquismo.

> **Otras** actividades como **concursos, charlas**, etc. Que han de ser complementarias con la estrategia global. Este tipo de actuaciones realizadas de manera puntual no tienen ningún impacto sobre los estilos de vida.

Concursos, charlas,...

La asesoría es la acción más característica del Programa Forma Joven y distintiva de otros programas. No obstante, estas **opciones** lejos de ser antagónicas o excluyentes **se complementan entre sí** apareciendo como un abanico de posibilidades para adaptarse a las necesidades y posibilidades de cada entorno concreto. Contar con estos recursos ayuda a fomentar el desarrollo de dinámicas propias de cada centro o espacio, que se diseñan con la propia población a la que van dirigidas.

6: Relevancia de la orientación

La necesidad de **orientación** a chicos y chicas por personal educativo cualificado determina que el papel de orientadores y orientadoras sea **esencial para el desarrollo de Forma Joven en el medio educativo**. Su misión orientadora se entiende como *“ayuda a alumnos y alumnas en su proceso de desarrollo académico y personal”*⁴.

Las orientadoras y orientadores están en una **posición idónea para diseñar y llevar a cabo actividades y proyectos** con otros **educadores y educadoras**, con **madres y padres** y, por supuesto, con los propios **chicos y chicas**, tanto desde el abordaje individual como grupal.

Como se ha mencionado, la **asesoría** a chicas y chicos por parte de profesionales específicamente capacitados supone un recurso que caracteriza a Forma Joven. Otros proyectos de promoción de salud contemplan exclusivamente actividades curriculares sobre temas relativos a conductas saludables. La esencia de Forma Joven es el acercamiento de profesionales y jóvenes mediante las asesorías y la mediación entre iguales, para resolver sus dudas e inquietudes.

⁴ Guía para la elaboración del Plan de Orientación y Acción Tutorial en los Institutos de Educación Secundaria. Junta de Andalucía. Consejería de Educación. Dirección General de Participación y Solidaridad en la Educación. ISBN: 978-84-690-7127-4

7: Relevancia de la Comunicación

La comunicación entre todos los actores del programa para el intercambio de experiencias, información, recursos, etc. es un principio fundamental en Forma Joven y es la **estrategia esencial para su consolidación como red de apoyo a las actividades de promoción de la salud**. Las herramientas de las que se sirve Forma Joven para este intercambio son la página web (www.formajoven.org) y los Encuentros Forma Joven, que se realizan cada dos años.

Además, la comunicación es esencial no solo para **promocionar lo que se hace** y **extenderlo** a las personas interesadas, sino también para **recibir aportaciones que mejoren las actuaciones**.

8: Participación y mediación

La participación de la población diana es un factor determinante de éxito en los proyectos de promoción de salud. La **participación de jóvenes y sus familias** significa que ambos **deben ser protagonistas** de las actuaciones, utilizando la **mediación** entre iguales como mecanismo facilitador. Los chicos y chicas que participan en las tareas de mediación reciben una formación específica para ello a través del Instituto Andaluz de la Juventud y de otras entidades.

Se trata de hacer **partícipe** al colectivo de jóvenes en la **búsqueda de soluciones a sus propios problemas**, como estrategia válida para promover cambios e interiorizar conductas favorables, no impuestas desde el colectivo de los adultos. Esta participación es contemplada desde Forma Joven como un elemento fundamental de buena práctica.

9: Actuación en espacios y tiempos propios de la adolescencia y juventud

Forma Joven prevé estrategias para mejorar la accesibilidad de los jóvenes a las actividades de promoción de salud y, por tanto, sus actividades se deben diseñar de forma que sean **accesibles en tiempo y lugar**.

En este sentido, es importante fomentar la **extensión de Forma Joven a espacios diferentes** a los centros educativos de secundaria. A estos espacios, como pueden ser las Escuelas Taller o los Centros de Reforma de menores, ha de dirigirse Forma

Joven con especial interés. Para ello, se plantea establecer Forma Joven en centros de formación no reglada, asociaciones, colectivos juveniles y todos aquellos espacios del nivel local frecuentados por jóvenes.

Tanto en los espacios educativos formales como en cualesquiera otros donde se desarrolle, la materialización de esta estrategia se concreta en el **Punto Forma Joven**, espacio físico que se caracteriza por estar ubicado dónde acude esta población, y del se trata de forma más detallada en el punto VII de este documento.

Pero siendo Forma Joven una estrategia de Promoción de Salud, no solo actúa “a demanda” sino que promueve iniciativas, acciones y proyectos grupales, tanto en las tutorías como fuera de horario lectivo, en centros educativos o en otros espacios, fomentando con ello la interacción entre profesionales y jóvenes de forma colectiva.

10: Contemplar la formación como parte esencial de Forma Joven

Forma Joven pretende que las personas que forman parte de sus Equipos cuenten con la **formación necesaria para desarrollar adecuadamente su función**. Por eso, anualmente tienen lugar en cada provincia **cursos iniciales**, dirigidos a los equipos Forma Joven de nueva creación y **cursos específicos** en las distintas materias que contempla el programa, así como cursos de formación para medidoras y mediadores.

Aprovechando la experiencia acumulada durante estos años, se está constituyendo una red de formación que facilitará el intercambio entre todos los actores y pondrá a disposición un panel de personal docente, materiales, documentos y bibliografía útil y actualizada en cada uno de los ámbitos temáticos de Forma Joven.

Además de la formación que reciben tanto profesionales como mediadores y mediadoras, Forma Joven dispone de un conjunto de **materiales** propios, que se ponen a disposición de los Equipos al inscribirse el Punto Forma Joven y sirven para dar apoyo a la diversidad de actividades que desarrollan.

11: La Calidad y las Buenas prácticas

Las intervenciones de promoción de salud dirigidas a jóvenes deben atenerse a unos criterios de calidad y buenas prácticas^{5,6}:

- **La permanencia y estabilidad en el tiempo.** La consolidación de un proyecto Forma Joven en un territorio y espacio concreto con unos objetivos de salud a medio y largo plazo.
- **La participación** y colaboración del máximo de sectores y agentes locales en la elaboración de los proyectos y su ejecución.
- **La mediación.** La participación en los Equipos de jóvenes mediadores y mediadoras, debidamente formados, que asumen el compromiso en la gestión de su salud y la de sus iguales.
- El **uso de métodos** que respondan a las **diversas necesidades** de aprendizaje de la gente joven y que contribuyan a desarrollar **conocimientos, habilidades y competencias**.
- **Innovación**, creación y/o adecuación de formas y estilos de trabajo nunca antes probados y/o en desuso, que se traduzcan en cambios positivos en la ejecución del proyecto.
- **Replicabilidad**, o posibilidad que dicha práctica sea modelo o motivación para seguir innovando y creando nuevos modos de hacer en el propio ámbito o en el conjunto del Programa.

Asimismo, se ha puesto en marcha dentro de la web de Forma Joven un espacio para comunicar buenas prácticas y se ha instaurado un premio anual cuyas bases figuran también en la web.

⁵ La evidencia de la eficacia de la promoción de la salud : configurando la salud pública en una nueva Europa / un informe de la Unión Internacional de Promoción de la Salud y Educación para la Salud para la Comisión Europea- Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo, 2004

⁶ Stewart-Brown S (2006). *What is the evidence on school health promotion in improving health or preventing disease and, specifically, what is the effectiveness of the health promoting schools approach?* Copenhagen, WHO Regional Office for Europe (Health Evidence Network report; <http://www.euro.who.int/document/e88185.pdf>, accessed 01 March 2006).

12: Perspectiva de género y equidad

Las diferencias biológicas, psicológicas y sociales entre chicos y chicas requieren de un análisis en profundidad de los determinantes, de las necesidades específicas y de las propuestas de Forma Joven, con el objetivo de **eliminar diferencias innecesarias e injustas**, y cuestionar la adopción de los roles tradicionales de género, que perpetúan la discriminación y la desigualdad entre sexos y entre personas de diferentes culturas y situaciones socio-económicas.

La incorporación de la perspectiva de género no debe entenderse únicamente como un ejercicio formal limitado al lenguaje, sino como la necesidad de realizar los análisis previos y las propuestas de actividades, sean de tabaquismo, de adicciones o de actividad física, por poner algunos ejemplos, adaptadas a las diferentes realidades de chicas y chicos, y a los condicionantes que como tales tienen por razones de género.

Por otra parte, la **diversidad cultural y social** que aporta a Andalucía la presencia cada vez mayor de personas de otros orígenes, y el protagonismo activo que las personas con discapacidad van teniendo en nuestra sociedad, **deben tener su expresión en las actividades de Forma Joven**. Las propuestas deben ser respetuosas con toda esta diversidad y promover el intercambio y el enriquecimiento mutuo.

En todos los tipos de acciones de Forma Joven, se tendrán especialmente en cuenta la diversidad por razón de género, de cultura y de nivel socioeconómico y se considerarán criterios de buena práctica para la misma.

**Forma
JOVEN**

7elementos
que constituyen
forma joven

Las instituciones que intervienen

Forma Joven es una estrategia interinstitucional, iniciada en el curso 2001-2002, en el que participan la Consejería de Salud, la Consejería de Educación, la Consejería para la Igualdad y Bienestar Social, y la Consejería de Gobernación de la Junta de Andalucía, con la colaboración de la Federación Andaluza de Municipios y Provincias (FAMP), las Asociaciones de Padres y Madres de Andalucía (AMPAs) y el Consejo de la Juventud de Andalucía.

La implantación de Forma Joven en otros espacios distintos a los centros públicos de enseñanza secundaria obligatoria irá configurando la participación de distintas instituciones y organizaciones. La participación de cada una de las instituciones mencionadas se concreta en:

- > La Consejería de Salud, a través del Servicio Andaluz de Salud, aporta profesionales de los equipos de atención primaria que participan en los Puntos Forma Joven. También elabora recursos específicos para trabajar en las áreas temáticas propuestas y facilita recursos para la formación de profesionales.
- > La Consejería de Educación aporta el espacio formal y de contenidos, el personal educativo, el horario y la disponibilidad del alumnado, facilitando además, el uso de las instalaciones.
- > La Consejería para Igualdad y Bienestar participa a través de sus instituciones:
 - El Instituto Andaluz de la Juventud, que participa en la formación de jóvenes mediadores y mediadoras
 - El Instituto Andaluz de la Mujer, que aporta asesoramiento y materiales con contenidos de sensibilidad hacia la perspectiva de género.
 - La Dirección General de Drogodependencias, que aporta contenidos relativos a la prevención de drogodependencias y facilita la colaboración de personal técnico.
- > La Consejería de Gobernación, a través de la Dirección General de Consumo, aporta asesoramiento, contenidos y materiales para facilitar la promoción de un consumo saludable.
- > La FAMP fomenta la incorporación de los recursos municipales a Forma Joven
- > Las AMPAs fomentan la participación de madres y padres en Forma Joven.
- > El Consejo de la Juventud de Andalucía aporta la participación y la referencia de jóvenes y adolescentes en distintas actividades y eventos.

Forma Joven se oferta, por el momento, a centros públicos dependientes de las diferentes Consejerías, fundamentalmente Institutos de Enseñanza Secundaria.

El Equipo Forma Joven

Diferentes profesionales de diferentes sectores, capacitados.

Las actividades de Forma Joven deben ser planificadas, llevadas a cabo y evaluadas por el **Equipo Forma Joven**. En él cooperan profesionales de los sectores educación, salud y de otros ámbitos como la seguridad vial, las drogodependencias, los servicios sociales, etc., que han de recibir **una formación común específica** para promocionar conductas saludables en los jóvenes y atender sus demandas y necesidades.

Para que un Equipo Forma Joven se constituya, será siempre condición necesaria que exista una **coordinación entre la institución o entidad en la que se crea el Punto Forma Joven y el Centro de Salud**, materializándose ésta en la constitución de un equipo formado por una persona de la institución o entidad y otra del centro de salud.

Dentro del **centro educativo**, toda la comunidad educativa puede participar en Forma Joven. En general, es preferible que la organización y dinamización de Forma Joven sea centralizada desde el **Departamento de Orientación Educativa**, y que estas personas cuenten con el resto de la comunidad educativa para el desarrollo de las distintas actividades.

Del mismo modo, en el **Centro de Salud**, cualquier **profesional de salud** puede participar en Forma Joven. Una persona debe asumir las funciones de coordinación y dinamización, aunque el resto del equipo participe en las distintas actividades.

Así pues, hay un equipo mínimo constituido por personal educativo y de salud, que debe coordinar las actuaciones y promover la constitución de un equipo completo en el que esté integrado otro personal educativo y de salud, los mediadores y las mediadoras y otro personal de otros ámbitos.

Cuando Forma Joven se implanta **en otros espacios distintos al educativo, los perfiles profesionales pueden cambiar** en función de los recursos y necesidades de los mismos. En esos casos, las actividades tanto individuales como grupales pueden ser llevadas a cabo por distintos profesionales, con la debida formación y con el apoyo de un profesional de salud de referencia.

El Equipo Forma Joven debe completarse con la **incorporación de jóvenes** que realicen **funciones de mediación**, destinadas a facilitar la comunicación entre los profesionales que asesoran y los chicos y chicas, y propiciar el trabajo en común entre todos.

El Punto Forma Joven

Es el **espacio físico habilitado** para que el Equipo de profesionales atienda las demandas, individuales o grupales, que planteen adolescentes y jóvenes. Puede estar ubicado en diferentes centros y lugares (centros educativos, juveniles, ayuntamientos, universidades, asociaciones, ONG's), que se caractericen por ser **espacios frecuentados y de fácil acceso para dicha población**.

A este Punto acuden los chicos y chicas a **plantear sus dudas, problemas o simplemente a buscar información, orientación o consejo** sobre los temas de salud que les preocupan. Allí se desarrollan las asesorías individuales y las grupales.

La experiencia de los años transcurridos ha puesto de manifiesto la necesidad de que la Asesoría Forma Joven se realice en tiempos de libre disponibilidad para el alumnado (los recreos principalmente), lo que obliga a hacer esfuerzos para que el personal sanitario encuentre disponibilidad en esos momentos. Este Punto no debe entenderse como un espacio juvenil desde el que se realizan atención/consultas sanitarias, sino que en él se ofrece información, formación, asesoramiento y orientación a través de las actividades individuales y grupales. También es un espacio desde el que, a modo de prevención, el Equipo Forma Joven puede realizar derivaciones a centros especializados para su adecuada atención socio-sanitaria, cuando la magnitud de los problemas así lo aconseje.

Espacio físico al que acuden chicos y chicas, en el que se informa, asesora y orienta.

Los contenidos de Forma Joven

En sus inicios Forma Joven priorizó sus intervenciones en las áreas Afectivo-Sexual, Adicciones y Salud Mental. La incorporación de un centro educativo o de cualquier otro tipo a Forma Joven es de carácter voluntario. Asimismo, las áreas de promoción de salud que se desarrollan en los centros son elegidas por los participantes en el Punto Forma Joven.

Tras un rodaje de siete años de Forma Joven, y tomando en consideración la evolución de problemas de salud que afectan a la juventud como son la obesidad, el tabaquismo, la accidentalidad y algunos trastornos mentales, se pone en evidencia la necesidad de ampliar contenidos y dotarlos de nuevos enfoques acordes a las necesidades actuales. Con ello, se pretende abordar un mayor espectro de actividades relacionadas con los estilos de vida de la juventud como la alimentación equilibrada y actividad física, el desarrollo psicológico positivo, la accidentalidad relacionada con el tráfico y el ocio, la violencia de género, etc.

Estilos de vida saludable. Sexualidad y relaciones afectivas. Salud Mental. Convivencia.

Para organizar estos contenidos, Forma Joven los reúne de nuevo en forma de Áreas de intervención, pudiendo ser éstas adaptables a nuevos cambios:

1. **Área de estilos de vida saludable**, cuyo objetivo es la promoción de la alimentación equilibrada y la actividad física, la prevención de consumos adictivos (tabaco alcohol, adicciones sin sustancia, etc), y la seguridad en la conducción y el ocio (accidentalidad).
2. **Área de sexualidad y relaciones afectivas**, cuyos objetivos son la promoción de relaciones sanas, seguras y satisfactorias, la igualdad entre hombres y mujeres, la eliminación de comportamientos sexistas y la prevención de sida, ITS y embarazos no deseados.
3. **Área de Salud Mental**, que contempla el desarrollo de competencias para favorecer el ajuste psicosocial a través del abordaje de temas como la autoestima, autoeficacia, habilidades sociales, la resolución de conflictos, conocimiento y manejo de emociones, etc., así como la prevención de trastornos de salud mental.
4. **Área de Convivencia**, que pretende favorecer la convivencia pacífica, ayuda mutua y solidaridad, la prevención de la violencia entre iguales y la prevención de la violencia de género, así como propiciar espacios de negociación de los conflictos.

Cómo se pone en marcha un Punto Forma Joven

La iniciativa para inscribirse a Forma Joven puede partir de cualquier Institución, organismo, asociación, etc. interesada en trabajar en promoción de salud con adolescentes y jóvenes.

Quien toma la iniciativa deberá contactar con la dirección del centro de salud de la zona en la que se desea ubicar el Punto Forma Joven. Conjuntamente analizarán las posibilidades de desarrollar actividades en el marco de Forma Joven, ya sea como asesorías, como proyectos u otras.

A través de la web de Forma Joven: <http://www.formajoven.org>, se accede a la solicitud de inscripción en el apartado *Inscripción*.

En caso de tratarse de un IES, se realizará a través de la aplicación *Séneca* de la Consejería de Educación; para el resto de tipos de Puntos tal como se indica a continuación:

Una vez enviada la solicitud a través de la web, la Comisión Provincial de Forma Joven correspondiente valorará si reúne los criterios mínimos para la creación del Punto Forma Joven:

- > Compromiso formal de las instituciones y entidades solicitantes.
- > Disponer de espacio adecuado para la ubicación del Punto FJ
- > Constitución del Equipo Forma Joven:
 - Disponibilidad de profesionales del Centro de Salud correspondiente.
 - Disponibilidad de profesionales procedentes de la entidad solicitante.
 - Disponibilidad de otros recursos de la zona.
- > Compromiso de que todas las personas de nueva incorporación a Forma Joven sigan el programa de formación básica.
- > Compromiso de registrar y facilitar información sobre las actividades realizadas.

Con la aprobación de quienes sean responsables de los centros y entidades implicadas, se formalizará la inscripción en Forma Joven, lo cual se comunicará al Equipo solicitante, y esto le da derecho a recibir materiales, participar en actividades de formación, en concursos, etc.

El equipo Forma Joven, con el apoyo de la Comisión Provincial Forma Joven, analizará la situación del área en la que se va a crear el Punto Forma Joven, el perfil de adolescentes y jóvenes que frecuentan la zona, así como los recursos disponibles para desarrollar la estrategia.

Con esta información se recomienda elaborar un proyecto de actuación en el que se concreten las áreas temáticas de especial atención, metodología, recursos y espacios necesarios, así como los materiales y personas, la organización de los horarios, acciones y fórmulas de coordinación local.

También es recomendable presentar este proyecto al resto de los y las profesionales del centro en el que está o se pretende crear el Punto Forma Joven, así como a otros organismos, asociaciones e instituciones participantes.

A continuación se presentan estos pasos de forma esquemática:

Cómo se pone en marcha un PUNTO FORMA JOVEN	
1	La iniciativa puede partir de cualquier Institución, organismo, asociación, etc. interesada en trabajar en promoción de salud con adolescentes y jóvenes, que ha de contactar con los y las profesionales de los otros ámbitos para valorar la puesta en marcha y desarrollo de Forma Joven.
2	Cumplimentar y enviar la solicitud de Inscripción a través de la web de Forma Joven (www.formajoven.org): > En caso de tratarse de un Instituto de Enseñanza Secundaria (IES), se da acceso a la aplicación Séneca. > Para el resto de tipos de Puntos (Asociaciones, Universidades, Centros Juveniles, Escuelas Taller, Centros de Menores, etc) se accede a un formulario específico.
3	Una vez enviada la solicitud, la Comisión Provincial de Forma Joven correspondiente valora si reúne los criterios mínimos para la creación del Punto: > Compromiso de las instituciones > Disponibilidad de espacio para la ubicación del Punto FJ > Constitución del Equipo Forma Joven > Compromiso de capacitación/formación > Compromiso de registro de actividad
4	Si la valoración es positiva, la inscripción en Forma Joven se completa con el envío de materiales y acceso a formación inicial.
	Es aconsejable realizar un proyecto de actuación en el que se recojan las acciones, organización y fórmulas de coordinación, y presentarlo a los profesionales y a los responsables de las instituciones participantes.

La estructura de soporte para Forma Joven

Para la coordinación entre las instituciones y otras entidades involucradas en Forma Joven existe una **Comisión Intersectorial** en la que están representadas la Consejería de Salud y el Servicio Andaluz de Salud, la Consejería de Educación, la Consejería para la Igualdad y Bienestar Social, el Instituto Andaluz de la Juventud, el Instituto Andaluz de la Mujer, la Consejería de Gobernación, la Federación Andaluza de Municipios y Provincias y la Coordinadora de Asociaciones de Padres y Madres de Andalucía. Esta Comisión se reúne periódicamente para dar seguimiento al desarrollo de Forma Joven.

De ella depende una **Comisión Técnica** en la que están representadas las instituciones integradas en Forma Joven. Esta Comisión tiene como cometido la coordinación técnica y el desarrollo de las actividades que le corresponden a cada institución o entidad para el buen desarrollo de Forma Joven.

A nivel provincial existen las **Comisiones Provinciales**, compuestas por todos los sectores, que planifican y coordinan en cada provincia. Además, la Escuela Andaluza de Salud Pública tiene el encargo de ofrecer soporte y apoyo a las iniciativas que llevan a cabo los Puntos, propiciar el intercambio de experiencias y facilitar el acceso a documentación e información de interés, así como de administrar la Página web, que aloja el sistema de registro del programa.

En los municipios en los que exista más de un Punto Forma Joven, pueden promoverse la creación de mesas de coordinación local.

Forma
JOVEN

bibliografía

de referencia

- *Guía Forma Joven*. Dirección General de Salud Pública y Participación. Consejería de Salud de la Junta de Andalucía, 2004
- *Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud*. Primera Conferencia Internacional de Promoción de la Salud, Ottawa, 21 de noviembre de 1986. OMS. Salud Pública Educ Salud 2001; 1 (1): 19-22.
- *Health Behaviour in School-Aged Children*. Universidad de Sevilla. Ministerio de Sanidad y Consumo. OMS, 2006.
- *Guía para la elaboración del Plan de Orientación y Acción Tutorial en los Institutos de Educación Secundaria*. Junta de Andalucía. Consejería de Educación. Dirección General de Participación y Solidaridad en la Educación. ISBN: 978-84-690-7127-4
- La evidencia de la eficacia de la promoción de la salud : configurando la salud pública en una nueva Europa / un informe de la Unión Internacional de Promoción de la Salud y Educación para la Salud para la Comisión Europea-- Madrid : Ministerio de Sanidad y Consumo, 2004
- Stewart-Brown S (2006). *What is the evidence on school health promotion in improving health or preventing disease and, specifically, what is the effectiveness of the health promoting schools approach?* Copenhagen, WHO Regional Office for Europe (Health Evidence Network report;<http://www.euro.who.int/document/e88185.pdf>, accessed 01 March 2006).

Forma
JOVEN

anexo1

Selección de competencias Básicas que el alumnado debe haber adquirido al finalizar la Enseñanza Secundaria Obligatoria. Extraídas del Decreto 231/2007 de 31 de julio. Consejería de Educación de la Junta de Andalucía.

Las **competencias** que ayudan a desarrollar conductas saludables de manera más directa son las siguientes:

Competencia de autonomía e iniciativa personal

- > Adquisición de la conciencia y aplicación de un conjunto de valores y actitudes personales interrelacionados: responsabilidad, perseverancia, conocimiento de sí mismo, autoestima, creatividad, autocrítica...
- > Capacidad de elegir con criterio propio, de imaginar proyectos y de llevar acciones necesarias para desarrollar las opciones y planes personales.
- > Visión estratégica de los retos y oportunidades que ayudan a identificar y cumplir objetivos y a mantener la motivación para lograr el éxito en las tareas.
- > Habilidades sociales para relacionarse, cooperar y trabajar en equipo, ponerse en el sitio del otro, valorar las ideas de los demás, dialogar y negociar.

Competencia para la comunicación lingüística

- > Expresión de pensamientos, emociones, vivencias y opiniones
- > Fomento de la igualdad entre hombres y mujeres y eliminación de estereotipos y expresiones sexistas.
- > Expresión y comprensión de mensajes orales: escuchar, exponer y dialogar
- > Utilización del lenguaje como instrumento de comunicación y de escritura, de representación y comprensión, de construcción y comunicación del conocimiento.

Competencia para el razonamiento matemático

- > Habilidad para interpretar y expresar con claridad y precisión informaciones, datos y argumentaciones.
- > Conocimiento y manejo de los elementos matemáticos básicos en situaciones reales o simuladas de la vida cotidiana
- > Puesta en práctica de procesos de razonamiento que lleven a la solución de los problemas o a la obtención de información.
- > Utilización espontánea de los elementos y razonamientos matemáticos para interpretar y producir información, resolver problemas de situaciones cotidianas y tomar decisiones.

Competencia para el conocimiento e interacción con el mundo físico

- > Toma de conciencia de la influencia de la presencia de las personas humanas en el espacio, su asentamiento, actividad y los paisajes resultantes.
- > Argumentación racional de las consecuencias de los modos de vida y adopción de una disposición hacia la vida física y mental saludable.
- > Uso responsable de los recursos naturales, cuidado del medioambiente, consumo racional y responsable, protección de la salud individual y colectiva.

Competencia social y Ciudadana

- > Habilidades sociales para resolver los conflictos de convivencia y tomar decisiones con autonomía.
- > Toma de conciencia de los valores del entorno para evaluarlos y reconstruirlos (sistema de valores propio).
- > Conocerse y valorarse, saber comunicarse en distintos contextos, expresar las propias ideas y escuchar las ajenas.
- > Práctica del diálogo y de la negociación.

Competencia cultural y artística

- > Habilidades de pensamiento divergente y convergente: reelaborar ideas y sentimientos propios y ajenos.
- > Toma de conciencia de la evolución del pensamiento, de las corrientes estéticas, las modas y los gustos.

Competencia digital y para el tratamiento de la información

- > Habilidades para buscar, obtener, procesar y comunicar información y para transformarla en conocimiento.
- > Comprensión de la naturaleza y modo de operar de los sistemas tecnológicos y de sus efectos en el mundo personal y sociolaboral.
- > Promoción de una persona autónoma, eficaz, responsable, crítica y reflexiva.

Competencia para aprender a aprender

- > Adquisición de la conciencia de las propias capacidades, del proceso y las estrategias necesarias para desarrollarlas.
- > Curiosidad de plantearse preguntas, identificar y manejar la diversidad de respuestas posibles ante una misma situación o problema.
- > Planteamiento de metas alcanzables a corto, medio y largo plazo para cumplirlas.

Forma
JOVEN

Guía **Forma JOVEN**



www.formajoven.org