

**3° Jornadas Nacionales de actividad física
y deportiva en el niño y el adolescente
6, 7 y 8 de junio de 2013**

Sede: Centro de Docencia y Capacitación Pediátrica "Dr. Carlos A. Gianantonio"

Mesa Redonda: Experiencias de campo

Tema: Programa de formación de líderes para la prevención en la Municipalidad de Almirante Brown

Autor: Dr. Aníbal Picarel

Fecha: Sábado 8 de junio de 2013

Introducción: La adolescencia es una etapa de formación de hábitos que pueden manifestarse en toda la vida. Para acceder a influir favorablemente en los adolescentes elegimos capacitar en prevención cardiovascular (CV) a alumnos secundarios (AS), considerados líderes por sus profesores, de escuelas públicas del partido de Almirante Brown.

Material y métodos: Durante el año 2012 alumnos con liderazgos entre sus compañeros fueron seleccionados por sus profesores y citados en seis grupos a jornadas de capacitación CV a cargo de médicos y docentes. Se trabajaron temas divididos en 5 módulos: valores, tabaquismo, alimentación saludable, actividad física y arte y salud.

Se realizó una encuesta a los AS sobre datos demográficos, hábitos, actividad física, consumo de tabaco y disposición a ayudar a sus compañeros a alcanzar hábitos más saludables.

Resultados: Participaron 613 AS que presentaban liderazgos en relación a sus 33.000 compañeros. La media de edad fue de 14,7 años (DE =1,48). 59% fueron del sexo femenino. 72% de los varones y 44% de las mujeres practicaban deporte además de la actividad escolar ($p < 0,05$). El promedio de horas frente a computadoras o televisión fue 4,23 (DE=2,59) Eran fumadores 18% de los varones y 17% de las mujeres ($p=0,8$). La disposición a ayudar a sus compañeros fue favorable en el 87% sin diferencias por sexo ni por tabaquismo.

Conclusiones: Llegar a una gran población de jóvenes con mensajes de prevención puede ser dificultoso. Capacitar AS con liderazgo entre sus compañeros se plantea como una estrategia útil pero de difícil validación en sus resultados. Además encuentra la dificultad de los propios hábitos de los líderes con frecuente tabaquismo y sedentarismo como un obstáculo para obtener los resultados deseables.