Una educación de buena calidad sobre la salud está relacionada con estudiantes más sanos

Recurso para las familias y las comunidades

"Me gusta la clase de salud porque nos ayuda a aprender sobre nuestro cuerpo, cómo funciona, cómo podemos mantenerlo saludable y cómo mantener un estilo de vida sano durante nuestras vidas".

—Estudiante de escuela intermedia de la Ciudad de Nueva York

Los jóvenes de hoy en día enfrentan desafíos de salud física y mental sin precedentes.[1,2,3] Garantizar que los estudiantes reciban una educación de buena calidad sobre la salud puede ayudar a abordar dichas necesidades. Una investigación reciente del Sistema de Escuelas Públicas de la Ciudad de Nueva York (*NYC Public Schools*, NYCPS) evidenció que las escuelas intermedias y secundarias que priorizan estos cuatro aspectos de la educación sobre la salud tienden a tener estudiantes más sanos:

Capacitar a los maestros en temas de salud

El NYCPS ofrece capacitación para los maestros en asuntos de salud en toda la Ciudad. Las escuelas donde al menos un maestro ha asistido recientemente a una capacitación de educación sobre la salud suelen tener estudiantes más sanos.

La continuidad de los maestros de salud

En algunas escuelas, los maestros de salud cambian todos los años. Por lo general, los estudiantes de las escuelas donde quien enseña la clase de salud es la misma persona al menos durante dos años consecutivos, presentan comportamientos más saludables

Enseñar destrezas relacionadas con la salud

Un plan de estudios de buena calidad abarca una amplia gama de destrezas relacionadas con la salud, tales como la comunicación, la toma de decisiones, el manejo del estrés y la búsqueda de recursos confiables sobre la salud. Mientras más destrezas se enseñen en las clases de salud, más sanos serán los estudiantes.

Fondos para el Consejo de bienestar escolar

El Consejo de bienestar escolar está compuesto por padres, estudiantes, miembros del personal y miembros de la comunidad que trabajan con el personal administrativo para apoyar políticas de salud en las escuelas. Generalmente, las escuelas que solicitaron y recibieron fondos para el Consejo de bienestar escolar reportaron tener estudiantes con comportamientos más saludables.

"Creo que [la clase de salud] es muy importante, porque de hecho abarca temas de la vida real, como lo sucede cuando creces; no se trata de cosas que nunca más volveremos a ver en nuestras vidas. Creo que es muy valioso porque nos enseña a manejar situaciones cuando seamos adultos".

—Estudiante de escuela intermedia de la Ciudad de Nueva York

"[En la clase de salud], aprendí qué es una relación saludable. En mi familia realmente no hablamos sobre nuestras emociones, así que no sabía en que consistía una relación saludable".

—Estudiante de escuela intermedia de la Ciudad de Nueva York

T-37347 (Spanish)

"En la unidad sobre prevención de uso de las drogas, nuestra maestra nos enseñó cómo los estudiantes pueden ejercer presión de grupo para que otros compañeros consuman drogas y otras cosas, y cómo podemos decir no de maneras más positivas".

—Estudiante de escuela intermedia de la Ciudad de Nueva York

"[En nuestro Consejo de bienestar escolar], también nos hemos enfocado en la salud y el bienestar de la comunidad educativa en general. En especial la de los estudiantes, pero también la de los maestros".

—Maestro de escuela intermedia de la Ciudad de Nueva York

Para apoyar la educación sobre la salud en la Ciudad de Nueva York, usted puede:

Aprender más acerca la educación sobre la salud en el NYCPS

- **Requisitos de la educación sobre la salud**
- **Política de bienestar del NYCPS**
- Pregúntele a un joven que conozca acerca de la educación sobre la salud que recibe en su escuela: ¿Qué tan frecuente recibe clase de salud? ¿Tiene un maestro en quien confíe?
- Hable con el maestro de salud y con el director de su escuela: ¿Qué plan de estudios de educación sobre la salud utiliza la escuela? ¿Quién imparte las clases? Exponga los motivos por los cuales este tema es importante para usted.

Participar

- Asista a reuniones de la escuela y exprese su opinión. Conozca cómo participar a través de oportunidades de **empoderamiento familiar**.
- Comuníquese con el **coordinador de apoyo familiar o coordinador de liderazgo de su distrito**.

Leer más sobre esta investigación

- **Informe técnico de la investigación acerca de la educación sobre la salud**

¿Tiene preguntas? Envíe un mensaje a **wellness@schools.nyc.gov.**

Entre 2021 y 2023, la Oficina de Programas para el Bienestar Estudiantil del NYCPS estudió el efecto de sus prácticas de educación sobre la salud en el desempeño de los estudiantes. Para esta evaluación, se utilizaron estadísticas y experiencias personales de estudiantes, maestros y personal administrativo para explorar prácticas eficaces de educación sobre la salud y su repercusión en los comportamientos de riesgo para la salud en estudiantes de escuela intermedia y secundaria. Los hallazgos que se exponen en este documento tienen dichos datos como base. Si desea obtener más información acerca de los métodos utilizados, consulte el informe técnico que se referencia más arriba.

Este proyecto fue posible en parte gracias a una subvención que The New York Community Trust le otorgó al Fondo para las Escuelas Públicas. La Oficina de Programas para el Bienestar Estudiantil fue la encargada de llevar a cabo las labores de investigación en colaboración con Sharp Insight, LLC. Agradecemos a las escuelas, los estudiantes, los maestros y el personal administrativo que participaron compartiendo sus experiencias.

[1]Radhakrishnan L, Leeb RT, Bitsko RH y otros. Consultas al Departamento de emergencias pediátricas relacionadas con salud mental antes y durante la pandemia de COVID-19; Estados Unidos; de enero de 2019 hasta enero de 2022. *Informe semanal sobre morbilidad y mortalidad (Morbidity and Mortality Weekly Report, MMWR) de 2022*;71:319–324. DOI: **http://dx.doi.org/10.15585/mmwr.mm7108e2**

[2]Oficina del Cirujano General (*Office of the Surgeon General*, OSG), Departamento de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos. Cómo proteger la salud mental de los jóvenes: consejo del Cirujano General de Estados Unidos. 2021. **https://www.hhs.gov/sites/default/files/surgeon-general-youth-mental-health-advisory.pdf**

[3]Academia Estadounidense de Pediatría (*American Academy of Pediatrics*, AAP). Las organizaciones de salud urgen a la administración del presidente Biden a que declare una emergencia nacional federal por la salud mental de los menores. 2022. **https://www.aap.org/en/news-room/news-releases/aap/2022/health-organizations-urge-the-biden-administration-to-declare-a-federal-national-emergency-in-childrens-mental-health/**