



# Em sento

Bleargh! © Daniël Silveira

## Bifstek, pírcings i altres decisions



**Josep Bonil  
i Genina Calafell**

Grup de Recerca  
Complex, Departament  
de Didàctica de la  
Matemàtica i les Ciències  
Experimentals, Facultat de  
Ciències de l'Educació,  
UAB  
[www.uab.cat](http://www.uab.cat)

Són les 9.30 del matí. Com cada dia, a l'Escola del Consum de Catalunya, s'inicien els tallers educatius per a joves d'ESO. L'institut que avui participa en els tallers ha escollit la proposta didàctica "Em sento bé? Els estils de vida saludables". Els joves passaran tot el matí amb un educador de l'escola. Després de la presentació, en petits grups de treball, l'educador pregunta als joves....

- Educador: Com us sentiu?
- Jove 1: Avui em sento molt i molt bé!
- Educador: I com és que et sents tan bé?
- Jove 1: Perquè avui és divendres... i d'aquí unes hores comença el cap de setmana i podré trobar-me amb els amics.
- Educador: La resta... què en podeu dir de la pregunta, us sentiu bé?
- Jove 2: Jo no gaire... estic una mica refredat!
- Jove 3: Jo avui estic una mica "xof" perquè ahir em vaig discutir per messenger amb el "xati"...
- Jove 4: Ara mateix, no em sento gaire bé... estic una mica defallit perquè tinc ganes d'esmorzar...

L'educador apunta a la pissarra algunes paraules i idees clau que exposen els joves: CAP DE SETMANA, AMICS, REFREDAT, TRIST, PARELLA, GANA, ESMORZAR...

Cada punt de vista es focalitza en aspectes com el temps d'oci, la relació entre persones, la disminució de les defenses biològiques, els sentiments i les emocions, les necessitats físiques i biològiques o els hàbits. Un maremagnum d'interpretacions que dibuixen un escenari en què la salut esdevé un diàleg entre allò social, allò biològic i allò psicològic. Un fet que abandona la visió tradicional de la salut associada a la presència o absència d'una malaltia i fa emergir una visió de la salut complexa i multidimensional. Una perspectiva que compartia l'OMS quan el 1947 definia que "La salut és un estat de complet benestar físic, mental i social, i no només l'absència de malaltia o queixes".

L'educació per a la salut no pot obviar aquest canvi paradigmàtic. S'aposta, així, per una educació que dota de competèn-

1. L'Escola del Consum de Catalunya és un servei públic de l'Agència Catalana del Consum que pretén afavorir la presència de l'educació del consum en l'àmbit educatiu català. [www.consum.cat](http://www.consum.cat)

# bé?

cies els individus per construir i reconstruir el seu estil de vida. Una educació que assumeix que cada estil de vida respon a un patró que reflecteix una forma de pensar, de fer i d'actuar que defineix una forma de viure, individual i col·lectiva. En aquest marc esdevé significatiu adquirir capacitats per decidir què és més o menys saludable, considerant diversitat d'elements que entren en joc i que es relacionen entre si, com el context i la indeterminació.

## Incorporar el context

Continua el taller. L'educador presenta una activitat entorn de la narració de tres personatges: la Núria, en Carles i l'Anna. Els tres joves passen per un eix comercial i s'aturen davant una botiga de pírcings. A la Núria se li planteja el conflicte de fer-se un pírcing o no.

- Educador: Què en penseu del dilema de la Núria? Es farà el pírcing, sí o no?
- Jove 1: Depèn... potser no porta prou diners...
- Jove 2: Segur que no se'l fa, perquè explica que els seus pares no ho volen...
- Jove 3: Això no vol dir res, els meus pares tampoc ho volien i jo me l'he fet...
- Educador: Recordeu el que hem treballat



abans? Segons el rol, els estereotips i el context... penseu que la Núria decidirà fer-se el pírcing?

□ Jove 3: Per això mateix, segur que es fa el pírcing. La Núria és molt influenciada pels seus amics. Els seus amics l'animen perquè se'l faci. Està de moda portar pírcings i estan davant una botiga de pírcings... vaja, és que no hi ha dubte!

□ Educador: I si voleu que la Núria canviï de decisió i no es faci el pírcing... què podríeu canviar, el rol, els estereotips o el context?

□ Jove 4: El context! Segur que si en lloc de tenir la conversa davant una botiga de pírcings la tenen d'acampada amb l'esplai no es fa el pírcing.

□ Jove 5: També l'estereotip o la moda... si estigués malvist portar pírcings, com fa un temps, segur que tampoc no se'l faria....

El dilema de la Núria planteja a l'alumnat que la moda, els diners disponibles, les relacions socials o l'entorn físic intervenen en el posicionament del conflicte. Una solució que no és definitiva sinó òptima en un escenari –un espai i un temps– concret. Un fet que planteja una educació per a la salut que no pot ser descontextualitzada o etèria per als

joves, sinó emmarcada en una situació quotidiana per a l'alumnat que demana posar en joc diferents continguts i competències. Considerar el context en l'educació de la salut suposa assumir que estils de vida més o menys saludables responen a un context sociocultural. Decidir fer-se o no un pírcing respon a una representació que el jove es fa de la societat, del grup i de la persona en un moment concret de la història. Un fet que dona èmfasi a la importància d'identificar que aspectes com els estereotips de la moda i/o la necessitat de ser acceptat en un grup són elements contextuais que intervenen en les decisions que atenyen la salut.

### Incorporar la incertesa

Continua el taller. Els joves juguen a un joc de cartes...

- Jove 1: Llestos! Ja he acabat!
- Educador: D'acord. Ens expliques què tens en la relació de cartes que has fet?
- Jove 1: A la carta PERSONATGE: un home de 40 anys. A la carta HÀBIT: raspallar les dents tres cops al dia. A la carta SITUACIÓ:

té mal de queixal. A la carta GESTIÓ: visita al dentista.

□ Educador: Molt bé. Què ens podria explicar que un home que sempre, i cada dia, es raspalla les dents acaba al dentista per mal de queixal?

□ Jove 2: Que no es raspalla bé les dents...

□ Jove 3: Potser va caure i es va donar un cop al queixal...

□ Jove 4: El meu pare l'altre dia va anar al dentista i li van dir que té moltes càries perquè té un esmalt que no és gaire bo...

□ Jove 5: El que menja aquest senyor potser també influeix en el fet que li faci mal el queixal, oi? Potser menja molts fruits secs, que són durs... o molts dolços!

Les històries que construeixen els joves a partir d'un joc de cartes posen èmfasi que treballar la salut suposa renunciar a una relació lineal entre causes i efectes, ja que si bé hi ha pràctiques i hàbits més saludables que d'altres cal considerar que no poden excloure el fet que l'atzar també hi té un paper important. Seguint l'exemple, si bé raspallar-se les dents després de cada àpat esdevé un hàbit considerat saludable, la seva pràctica no exclou que una persona pugui

patir un mal de queixal o bé desenvolupar una càries. Esdevé, per tant, significatiu plantejar una educació per a la salut que fomenta la construcció d'un estil de vida que incorpora la indeterminació. Una educació que permet desenvolupar competències a l'alumnat per fugir de relacions lineals i per construir noves relacions que, si bé a priori no són explícites, permeten indagar i imaginar nous escenaris.

El plantejament d'una educació per a la salut que incorpora el context i la indeterminació permet aproximar-se al concepte de salut des d'una perspectiva dinàmica i oberta, si bé no es poden obviar altres elements que també esdevenen significatius, com la multicausalitat, el pas del temps o els equips presents a l'entorn. Aproximar-se

TAGS / Consum responsable, context sociocultural, indeterminació, multicausalitat, perspectiva complexa, estil de vida saludable

DEBAT / Com us sentiu?

RECURSOS PEDAGÒGICS / Escola de Consum, tallers sobre el consum responsable dirigits a alumnat d'educació primària, educació secundària obligatòria, batxillerat, cicles formatius i educació especial (www.consum.cat)

\* Per consultar més recursos pedagògics, vegeu les pàgines 52-54

EDUKIT



Right at ya! © Another Pint Please

Salut



Peer pressure. © Hannah Nino

a la salut com una xarxa de relacions explícita les relacions que prenen rellevància en cada posicionament. Ser conscients que l'estil de vida d'una persona canviarà al llarg de la seva història personal o que està subjugat als mitjans sanitaris de què disposa són aspectes que posen sobre la taula nous escenaris per incorporar l'educació per a la salut des d'una perspectiva complexa; una educació per a la salut que esdevé una plataforma per indagar en la recerca de nous reptes per interpretar el món. ■