

Taller Esperanza: contribución a la formación de proyectos de vida en adolescentes desde la educación emocional.

Contribution to the training of projects of life in teenagers from the emotional education.

Iván Castillo Ledo (*), Dinorah Janet Torres Lugo (**), Iriam Rojas Diaz (***),
Nélida Águila Falcón (****)

- (*) Doctor en Medicina. Psiquiatra Infantil. Máster en Medicina Bioenergética. Máster en Bioética. Profesor Auxiliar. Investigador Agregado. Policlínico “Raúl Suárez Martínez”. Rodas. Cienfuegos.
- (**) Doctora en Medicina. Psiquiatra. Máster en Educación Médica Superior. Profesora Asistente. Policlínico “Raúl Suárez Martínez”. Rodas. Cienfuegos.
- (***) Licenciada en Psicología de la Salud. Máster en Psicología de la Salud. Profesora Asistente. Policlínico “Raúl Suárez Martínez”. Rodas. Cienfuegos.
- (****) Licenciada en Enfermería. Máster en Atención Integral a la Mujer. Policlínico “Raúl Suárez Martínez”. Rodas. Cienfuegos.

Resumen: La educación emocional pretende dar respuesta a un conjunto de necesidades sociales que no quedan suficientemente atendidas en la educación formal. La finalidad es el desarrollo de competencias emocionales que contribuyan a un mejor bienestar personal y social. La adolescencia, como etapa de cambios, implica comportamientos de riesgo que en el fondo suponen un desequilibrio emocional, lo cual requiere la adquisición de competencias básicas para la vida de cara a la prevención. Las adicciones constituyen en la actualidad un motivo de reflexión y preocupación en la población adolescente. El presente trabajo expone al TALLER ESPERANZA a través de los resultados de encuentros grupales de participación con adolescentes en los centros estudiantiles del municipio de Rodas, conjuntamente con actividades de capacitación a profesores, donde se tuvo en cuenta los recursos con que cuenta la educación emocional utilizados como forma de prevención con la adquisición de competencias que se pueden aplicar a una multiplicidad de situaciones, tales como la prevención del consumo de drogas, prevención del estrés, ansiedad, depresión, violencia, etc. De esa forma pretende minimizar la vulnerabilidad de la persona a determinadas disfunciones (estrés, depresión, impulsividad, agresividad, etc.) o prevenir su ocurrencia.

Palabras claves: adolescencia, educación emocional, prevención, adicciones.

Summary: The emotional education pretends to give answer to a group of social needs that do not remain sufficiently attended in the formal education. The purpose is the development of emotional competitions that contribute to a better personal welfare and social. The adolescence, like stage of changes, involves behaviors of risk that deep down

suppose an emotional disequilibrium, which requires the acquisition of basic competitions for the life of face to the prevention. The addictions constitute in the actuality a reason of reflection and worry in the teenage population. The present work exposes to the TALLER ESPERANZA through the results of meetings of participation with teenagers in the high school of the municipality of Rodas, jointly with activities of qualification to professors, where took into account the resources with that explains the emotional education used like form of prevention with the acquisition of competitions that can apply to a multiplicity of situations, such as the prevention of the consumption of drugs, prevention of the stress, anxiety, depression, violence, etc. Of this form pretends to minimize the vulnerability of the person to determinate dysfunctions (stress, depression, aggressiveness, etc.) or warn his occurrence.

Key words: adolescence, emotional education, prevention, addictions.

La adolescencia es uno de los períodos más importante de la vida humana. Es un período donde se hace necesario un conjunto de ajustes en el individuo para funcionar con respecto a sí mismo y al medio. A su vez estos ajustes inciden y se matizan por el medio social donde se desarrolla el adolescente. Los aspectos psico-sociales de la adolescencia están influenciados, y en dependencia directa, por factores culturales. La adolescencia es un período de cambios rápidos que se manifiesta en los niveles de integración biológica, psicológica y social. Cada área de cambios es independiente de las restantes pero todas están estrechamente vinculadas entre sí. Aristóteles ya describía cambios y particularidades en la conducta de los adolescentes, refiriendo que cuando se producían los cambios puberales, en el individuo aparecían “tendencias ardientes, irritables, apasionadas e impetuosas”

Las características generales del adolescente se traducen en una serie de comportamientos que algunos autores denominan conductas perturbadoras, que pueden generar dificultades en las relaciones interpersonales con figuras parentales, adultos vinculados al ejercicio de la autoridad y/o paraiguales, pero que no forman parte de ningún desorden mental. Ellas también se vinculan a una conducta orientada a experimentar nuevas formas de actuar y de sentir y hacen a los adolescentes un grupo expuesto a toda una serie de factores que de no conocerse y actuar sobre ellos pueden favorecer el desarrollo de afecciones físicas y/o psicológicas.

La educación emocional es una innovación educativa que se justifica en las necesidades socia-

les. La finalidad es el desarrollo de competencias emocionales que contribuyan a un mejor bienestar personal y social. Para ello se requieren una serie de condiciones interrelacionadas: en primer lugar diseñar programas fundamentados en un marco teórico; para llevarlos a la práctica hay que contar con profesorado debidamente preparado; para apoyar la labor del profesorado se necesitan materiales curriculares; para evaluar los programas se necesitan instrumentos de recogida de datos, etc.

La palabra clave de la educación emocional es *emoción*. Por tanto, es procedente una fundamentación sobre la base al marco conceptual de las emociones y a las teorías de las emociones. Lo cual lleva al constructo de la inteligencia emocional en un marco de inteligencias múltiples. De ahí se pasa al constructo de competencia emocional como factor esencial para la prevención y el desarrollo personal y social.

El desarrollo de la competencia emocional, considerada como una competencia básica para la vida, desemboca en la educación emocional. Hay que definir objetivos, asignar contenidos, planificar actividades, estrategias de intervención, etc., para poder diseñar programas de intervención que van a ser experimentados y evaluados.

La evaluación de programas de educación emocional es un aspecto clave para pasar de la intervención a la investigación. La novedad del tema obliga a construir instrumentos y proponer estrategias de evaluación en educación emocional. Estos instrumentos van a ser utilizados en la evaluación de las competencias emo-



cionales y también en la evaluación de programas. Se procura aplicar una complementariedad metodológica entre técnicas cuantitativas y cualitativas.

La educación emocional pretende dar respuesta a un conjunto de necesidades sociales que no quedan suficientemente atendidas en la educación formal. Existen múltiples argumentos para justificarla. Así, por ejemplo, un sector creciente de la juventud se implica en comportamientos de riesgo, que en el fondo suponen un desequilibrio emocional, lo cual requiere la adquisición de competencias básicas para la vida de cara a la prevención. Dentro de los comportamientos de riesgo más comunes están los problemas derivados de baja autoestima, depresión, estrés, violencia, delincuencia, la conducta suicida y el suicidio, el consumo de drogas, la conducta sexual no protegida, etc. De ahí se deriva la necesidad de abordar una prevención que incida en situaciones múltiples (conflictos, violencia, consumo de drogas, estrés, depresión, etc.) Por otra parte, además de prevenir, es importante *construir bienestar*. Hay evidencia de que los jóvenes que experimentan un mayor bienestar personal (sentirse competentes y apoyados) es menos probable que se impliquen en comportamientos de riesgo, y al mismo tiempo es más probable que procuren mantener buena salud, tener buen rendimiento académico, cuidar de sí mismos y de los demás, superar adversidades, etc.

Se puede afirmar que muchos de los problemas que afectan a los adolescentes en la actualidad tienen un fondo emocional. Se requieren cambios en la respuesta emocional que se da a los acontecimientos para prevenir ciertos comportamientos de riesgo.

Desarrollo

El presente trabajo constituye la esencia del proyecto institucional Taller Esperanza, haciendo énfasis en el desarrollo de la educación emocional en los adolescentes a través de dinámicas grupales que contribuyan a la prevención de desórdenes emocionales y conductuales en esta edad.

El equipo de trabajo se trazó los siguientes objetivos.

General

- Contribuir a través de la educación emocional a la prevención de desórdenes emocionales y conductuales en la adolescencia.

Específico

- Promover estilos de vida saludable, logrando progresivamente la capacidad de autocuidado.
- Identificar y contribuir a modificar los factores de riesgo que inciden en la salud del adolescente.
- Brindar capacitación continua en salud del adolescente a los profesores incorporando un enfoque integral y enfoque de riesgo.

Al estar insertado en un proyecto institucional responde a un método científico.

Método

Tipo de estudio: Intervención.

Contexto temporal: 5 años.

Contexto geográfico: Provincia Cienfuegos. Municipio Rodas.

Universo y muestra: adolescentes según matrícula de cada centro estudiantil.

Criterios de inclusión

Adolescentes matriculados en Enseñanza Secundaria, Preuniversitaria y Técnica.

Voluntariedad de los adolescentes a participar en el proyecto.

Criterios de exclusión

Adolescentes que estén en otros niveles de enseñanza o que ya tengan vínculo laboral.

Técnicas y procedimiento:

La dinámica de trabajo se organiza en varias etapas en su ejecución. La primera etapa corresponde a la entrevista con el Asesor de Salud Escolar del municipio y el Director del centro que corresponda, solicitándole su autorización y consentimiento para la realización del estudio. En la segunda etapa se conforma el equipo de trabajo, integrado por un Psicólogo, un representante de

la Dirección Municipal de Educación y un profesor. Luego se invita a los estudiantes promotores de salud del centro estudiantil, formando un grupo de composición heterogénea y de esta forma se comenzaron las sesiones de trabajo grupal. Durante el primer encuentro los estudiantes propusieron los temas de su interés, conformándose el programa de actividades grupales con las dinámicas de participación que se seleccionaron de acuerdo a los mismos, siendo esta la tercera etapa y última en el proceso de organización del trabajo.

Los temas a tratar guardaron relación con las necesidades expresadas por los adolescentes y por los objetivos que el equipo de trabajo tiene presente, en este caso relacionado con el fomento de la cultura de rechazo a las adicciones a través del fortalecimiento y desarrollo de la educación emocional en esta edad.

Las sesiones de trabajo se realizan en horario vespertino, con una hora de duración aproximadamente, con frecuencia semanal, utilizándose los propios espacios educativos de los centros educativos, siendo autorizados y supervisados por el director de la institución. Todos los integrantes del equipo trabajaron directamente en cada sesión, correspondiéndole la organización de las dinámicas al Psiquiatra Infantil, la ejecución de las mismas a las Psicólogas.

Para el desarrollo de la investigación los padres o tutores de los adolescentes que participaron dieron su consentimiento el cual quedó plasmado por escrito según el Consentimiento Informado de la investigación, donde se explica el propósito de la investigación, dejando clara la confidencialidad de todos los datos que aportan para el proceso, cumpliendo la privacidad en cada caso, los datos obtenidos no serán revelados ni usados en otro propósito que no se contemple en los objetivos de la investigación. La aplicación y desarrollo de esta investigación fue avalada por el Comité de Ética Médica del municipio y aprobado por el Consejo Científico.

Análisis de los Resultados

Si se analizan los escenarios en los que se ha trabajado (Tabla 1), inicialmente se comenzó la experiencia en la ESBU “Reinaldo Erice Borges” de

la cabecera municipal, luego en el presente curso se amplió el radio de acción, llegando a todos los Consejos Populares y en estos a los centros estudiantiles con que cuentan.

Tabla 1	
Escenarios	
Curso 2014-2015	Curso 2015-2016
ESBU “Reinaldo Erice Borges”	ESBU “Reinaldo Erice Borges”
	IPU “Ernesto Che Guevara”
	CP “Reinaldo de León Yera”
	Centro Mixto “Nguyen Van Troi” (Enseñanza Secundaria)
	Centro Mixto “Vladimir Ilich Lenin” (Enseñanza Secundaria)
	ESBU “Roberto Soto”
	Centro Mixto “Owen Fundora Valdivia” (Enseñanza Secundaria)
	Centro Mixto “Owen Fundora Valdivia” (Enseñanza Preuniversitaria y Técnica)

La Tabla 2 muestra la cantidad de estudiantes que participaron en las actividades grupales, aumentando la cifra de los mismos de forma considerable en el curso 2015-2016.

Centros Estudiantiles	Número de estudiantes por Curso Escolar		
	2014-2015	2015-2016	
ESBU "Reinaldo Erice Borges"	24	38	
IPU "Ernesto Che Guevara"	24	10	
CP "Reinaldo de León Yera"		9	
Centro Mixto "Nguyen Van Troi" (Enseñanza Secundaria)		11	
Centro Mixto "Vladimir Ilich Lenin" (Enseñanza Secundaria)		15	
ESBU "Roberto Soto"		8	
Centro Mixto "Owen Fundora Valdivia"		9	
Total		24	100

En el curso 2015-2016 se organizó la capacitación de estudiantes Promotores de Salud, para llevar a cabo acciones con sus coetáneos no solo en el ambiente educativo sino también en la comunidad donde estén insertos, es por ello que la Tabla 3 ofrece los datos relacionados con la capacitación de estos, siendo 81 los capacitados.

Centros Estudiantiles	Número de estudiantes Promotores de Salud capacitados
	Curso 2015-2016
ESBU "Reinaldo Erice Borges"	19
IPU "Ernesto Che Guevara"	10
CP "Reinaldo de León Yera"	9
Centro Mixto "Nguyen Van Troi" (Enseñanza Secundaria)	11
Centro Mixto "Vladimir Ilich Lenin" (Enseñanza Secundaria)	15
ESBU "Roberto Soto"	8
Centro Mixto "Owen Fundora Valdivia"	9
Total	81

Atendiendo a los grupos de edades, la siguiente tabla muestra la distribución de los estudiantes capacitados según edad y sexo. Continúa predominando el sexo femenino, y la adolescencia temprana con el mayor número de estudiantes.

Grupos Etáreos	Estudiantes				Total
	Curso 2014-2015		Curso 2015-2016		
	M	F	M	F	
12 a 14 años	7	17	20	53	97
15 a 17 años	0	0	2	25	27
Total	7	17	22	78	124

Se hizo necesaria la capacitación simultánea de los estudiantes así como a los profesionales que están implicados en su manejo educativo, por lo que se ofertaron una serie de Cursos de Capacitación, desarrollándose los mismos de forma paralela a las capacitaciones de los estudiantes. Si se comparan las cifras en relación al

curso pasado, es claro el incremento de profesionales capacitados, con una notable aceptación de estos a los cursos ofrecidos.

Tabla 5		
Cursos Impartidos	Número de cursantes	
	2014-2015	2015-2016
Curso: Elementos generales de Psicología Infantil para el adecuado manejo y diagnóstico de los escolares.	28	30
Taller docente: Manejo terapéutico de los trastornos emocionales en el niño y en el adolescente.	12	14
Taller docente: Abordaje terapéutico de los trastornos monosintomáticos en la Atención Primaria de Salud (APS).	8	17
Taller docente: Urgencias psiquiátricas infanto-juveniles.	8	17
Curso: La comunicación social como herramienta para la adopción de conductas saludables en la adolescencia desde la Atención Primaria de Salud.	14	16
Taller docente: Estrategias de intervención en Salud Mental Comunitaria.	9	12
Diplomado: Pedagogía de la Afectividad.	-	13
Curso: Elementos generales sobre adicciones, para profesores de Educación Física. Mayo 2016	-	33
Curso: Elementos generales sobre adicciones, para Bibliotecarias. Mayo 2016	-	20
Curso: Elementos generales sobre adicciones, para Instructores de Arte. Mayo 2016	-	20
Total	79	192

En la Tabla 6 se desglosa la participación de los profesionales según categorías, mostrando mayor número los profesores, estos son los que

permanecen mayor tiempo con los mismos, entre ellos se han capacitado profesores de Educación Física, Instructores de Arte, Bibliotecarias y profesores y maestros de forma general.

Tabla 6		
Profesionales Capacitados	Número de cursantes	
	2014-2015	2015-2016
Médicos	16	29
Enfermeras	29	41
Psicólogos	6	6
Profesores	28	116
Total	79	192

Los impactos esperados se miden a través de las siguientes Tablas 7, 8, 9, 10, que hacen referencia a la socialización de la experiencia realizada a través de eventos científicos que han tenido lugar en todas las instancias: local, provincial, nacional e internacional.

Tabla 7
Socialización de la experiencia en Eventos Científicos. 2014
“Propuesta de actividades para la promoción de salud sobre conducta suicida en adolescentes de la ESBU “Reinaldo Erice Borges”. Jornada Científica Provincial de Medicina Familiar. Cienfuegos 2013. 11-01-2014
“Propuesta de actividades de entrenamiento asertivo en habilidades sociales en adolescentes”. Psicohabana 2014. VI Conferencia del Hospital Psiquiátrico de la Habana. 17-03-2014
Taller Esperanza: una oportunidad para crecer. Evento Territorial. Universidad 2014. 15-05-2014
Taller Esperanza: una oportunidad para crecer. Universidad 2014. 9no Congreso Internacional de Educación Superior.
Taller Esperanza: una oportunidad para crecer. Evento Técnico del XVI Fórum de Ciencia y Técnica. 25-10-2014
Taller Esperanza: una oportunidad para crecer. Jornada Científica Provincial de Medicina Familiar. Cienfuegos 2014. 13-12-2014

Tabla 8
Socialización de la experiencia en Eventos Científicos. 2015
“Contribución a la formación de proyectos de vida en adolescentes”. Evento Territorial Universidad 2016. Relevante. 23-05-15
“Contribución a la formación de proyectos de vida en adolescentes. Una experiencia de trabajo grupal”. Evento Provincial Universidad 2016.
“Contribución a la formación de proyectos de vida en adolescentes. Una experiencia de trabajo grupal”. Taller Municipal Salud Escolar. 19-06-15
“Contribución a la formación de proyectos de vida en adolescentes. Una experiencia de trabajo grupal. Rodas 2015”. Jornada Científica en saludo al Día del Farmacéutico. 17-11-15
Contribución a la formación de proyectos de vida en adolescentes. Una experiencia de trabajo grupal. 12 Congreso Internacional de Desarrollo Local en un mundo global. Universidad de Málaga. (21-12-15)

Tabla 9
Socialización de la experiencia en Eventos Científicos. 2016
Taller Esperanza. Contribución a la formación de proyectos de vida en adolescentes. II Congreso Internacional de Promoción y Educación para la Salud. X Taller Regional de Salud Escolar. La Habana. Abril 2016
Taller Esperanza. Contribución a la formación de proyectos de vida en adolescentes. Jornada Provincial de Psiquiatría. Cienfuegos. 29-04-16
Taller Esperanza. Contribución a la formación de proyectos de vida en adolescentes. XXII Fórum de Ciencia y Técnica de Base. Rodas. 30-04-16
I Encuentro Provincial “Universidad y Salud” Cienfuegos. 27-05-16 Taller Esperanza. Contribución a la formación de proyectos de vida en adolescentes.
Taller Esperanza. Contribución a la formación de proyectos de vida en adolescentes. XXII Fórum de Ciencia y Técnica. Municipal. Rodas. 28-05-16

La Tabla 10, clasifica los eventos en los que se ha socializado la experiencia según su categoría.

Tabla 10				
Categorías de Eventos	Presentaciones			
	2014	2015	2016	Total
Municipal	2	3	2	7
Provincial	3	1	2	6
Internacional	1	1	1	3
Total	6	5	5	16

La experiencia realizada ha sido también socializada a través de publicaciones científicas, siendo presentada de esta forma a la comunidad científica nacional e internacional.

- Taller Esperanza. Una oportunidad para crecer. Universidad 2014 (Evento Provincial) Editorial Universo sur. ISBN: 978-959-257-359-8. (20-02-14)
- Contribución a la formación de proyectos de vida en adolescentes. Una experiencia de trabajo grupal. 12 Congreso Internacional de Desarrollo Local en un mundo global. ISBN-13: 978-84-16399-56-7 (21-12-15)
- Repercusión de los desastres en la salud mental de niños/as y adolescentes. Norte de Salud Mental. ISSN 1578-4940 (2015)
- Taller Esperanza. Contribución a la formación de proyectos de vida en adolescentes. II Congreso Internacional de Promoción y Educación para la Salud. X Taller Regional de Salud Escolar. La Habana. ISBN 978-959-283-147-6 (Abril 2016)

Como equipo de trabajo se evalúan los resultados hasta el momento, que constituye el objetivo central de este trabajo, pero además se proyectan las acciones a desarrollar en el próximo curso y están organizadas de la siguiente manera:

- Incorporar a la familia, capacitándola a través de actividades de Escuelas de Padres, con el apoyo de la comunidad.
- Propiciar la intersectorialidad insertando actividades de carácter deportivo y cultural.

- Facilitar la socialización de las actividades con su divulgación a través de la prensa escrita, radial y televisiva, así como insertarlas en las redes sociales.
- Crear vínculo con la Sociedad Cultural José Martí mediante Clubes Martianos.
- Fortalecer el vínculo con la Dirección Municipal de Educación.
- Incrementar el número de destinatarios, priorizando los sitios más alejados.
- Incentivar la investigación científica a través de los resultados que se van obteniendo y socializar los mismos mediante publicaciones.
- Reeditar y rediseñar la Segunda Versión del Diplomado de Pedagogía de la Afectividad.
- Rediseñar los Cursos de Capacitación según las necesidades de formación.

Conclusiones

En respuesta a las actividades propuestas en el Proyecto TALLER ESPERANZA, se llevó a cabo la realización de una experiencia de trabajo grupal con adolescentes en los centros educativos del municipio de Rodas, con el objetivo de contribuir a través de la educación emocional a la prevención de los desórdenes emocionales y conductuales en la adolescencia.

Se desarrolló un programa en forma de trabajo grupal con una estructura en temas y dinámicas, propiciándoles conocimientos, estrechando sus relaciones interpersonales, así como el disfrute; lo que conllevó a que se convirtiese en una experiencia cognoscitiva, afectiva y recreativa para los adolescentes y al mismo tiempo contribuir a cambios en la respuesta emocional ante acontecimientos para prevenir comportamientos de riesgo y contribuir al bienestar emocional.

Contacto

Ivan Castillo Ledo • Servicio de Salud Mental.
Independencia No. 57. B. Rodas • Cienfuegos, Cuba
Tel.: 53 43 549326 • ivancl721026@minsap.cfg.sld.cu

Bibliografía

- Angiano, América. (2003). Comunicación asertiva. México.
- Arés Muzio, P. (1990). Mi Familia es Así, Investigación Psicosocial. La Habana: Científico Técnica.
- Arés Muzio, P. (2002). Psicología de la Familia. La Habana: Félix Varela.
- Arés Muzio, P. (2004). Familia y convivencia. La Habana: Científico Técnica.
- Bellido, C. (1979). Problemáticas de la comunicación padres-hijos. Adolescentes. Narcea.
- Colectivo de autores. (2007a). Adolescencia. Una reflexión necesaria. Centro De Estudios sobre la Juventud. La Habana.
- Colectivo de autores. (2007b). Adolescente. Para ayudarte a crecer. Centro de Estudios sobre la juventud. La Habana.
- Colectivo de autores. (2009). Adolescente entre caminos y señales. Centro de Estudios sobre la juventud. La Habana.
- Debesse, M. (1962). La Adolescencia. Vergara.
- Domínguez, G, L. (2003). Psicología del Desarrollo, adolescencia y Juventud. Selección de Lecturas. La Habana: Félix Varela.



- Geseel, A, Bates A, L. (1966). El adolescente de 10-16 años. La Habana: Revolución.
- González, F, L. (1993). Motivación Moral en adolescentes y jóvenes. La Habana: Ciencias Sociales.
- González, R, F. (1993). Motivación Profesional en adolescentes y jóvenes. La Habana: Ciencias Sociales.
- Gutiérrez, B, E. (2003). Mensajes a los Padres. La Habana: Científico Técnico.
- Herrera, R, M. (1995). Adolescencia y Conducta desviada. La Habana: Política.
- La Formación de la Personalidad en adolescentes y jóvenes. (1988). La Habana: Política.
- Martínez, G, C. (2005). Para que la Familia funcione bien. La Habana: Científico Técnica.
- Ministerio de Educación. Ser Asertivos (As). Una alternativa para Vivenciar Felizmente nuestra sexualidad. (2010). Molinos Trade.
- Modesto Arrieta. Maite Eceiza. (2008). Habilidades Sociales y Contextos de la Conducta Social. (pp. 11-26). Revista de Psicodidáctica, vol 13 no. 1.
- Naranjo Pereira, María L. (2008). Relaciones interpersonales adecuadas mediante una comunicación y conducta. Instituto de Investigación en Educación, vol, 8 no. 1. Retrieved from <http://revista.inie.vcr.ac.cr>.
- Ovejero Bernal, Anastasio. (1990). Las Habilidades Sociales y su Entrenamiento: Un Enfoque Necesariamente Psicosocial. Departamento de Psicología Universidad de Oviedo.
- Peláez, M, J. (n.d.). Adolescencia y juventud. Desafíos actuales. La Habana: Científica Técnica.