



DOI: <http://dx.doi.org/10.23857/dc.v6i3.1237>

Ciencias de la educación  
Artículo de investigación

*Comunicación y habilidades para la vida adolescentes de la Unidad Educativa  
“María Auxiliadora”*

*Communication and life skills in adolescents of the “María Auxiliadora”  
Educational Unit*

*Comunicação e habilidades para a vida em adolescentes da Unidade  
Educativa “María Auxiliadora”*

Dayanara de los Ángeles Peñafiel-Salazar <sup>I</sup>  
[dayanara.penafiel@epoch.edu.ec](mailto:dayanara.penafiel@epoch.edu.ec)  
<https://orcid.org/0000-0002-7966-9852>

Diego Patricio Pérez-Ortega <sup>II</sup>  
[dieguiperez2003@yahoo.com.mx](mailto:dieguiperez2003@yahoo.com.mx)  
<https://orcid.org/0000-0002-5626-7578>

Juan Carlos Naranjo-Herrera <sup>III</sup>  
[juan.naranjoh@epoch.edu.ec](mailto:juan.naranjoh@epoch.edu.ec)  
<https://orcid.org/0000-0001-8611-4444>

Darwin Javier Silva-Jara <sup>IV</sup>  
[javier21silva@gmail.com](mailto:javier21silva@gmail.com)  
<https://orcid.org/0000-0001-5181-8716>

**\*Recibido:** 20 de abril de 2020 **\*Aceptado:** 30 de mayo de 2020 **\* Publicado:** 25 de junio de 2020

- I. Doctora en Promoción y Educación para la Salud, Máster Salud Pública, Docente, Carrera de Promoción y Cuidados de la Salud, Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, Riobamba, Ecuador.
- II. Doctor en Promoción y Educación para la Salud, Máster Salud Pública, Consultor Independiente, Riobamba, Ecuador.
- III. Ingeniero en Diseño Gráfico, Máster Universitario en Diseño y Comunicación, Docente, Carrera de Promoción y Cuidados de la Salud, Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, Riobamba, Ecuador.
- IV. Egresado en la Carrera de Promoción y Cuidados de la Salud, Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, Riobamba, Ecuador.

## Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo principal mejorar los conocimientos de las adolescentes sobre habilidades para la vida, mediante una Guía Educativa sobre Habilidades para la Vida, este trabajo se realizó en la Unidad Educativa “María Auxiliadora” del cantón Riobamba, provincia de Chimborazo, la cual tuvo duración de 3 meses, el estudio fue de tipo descriptivo y transversal, en él se describieron características de las adolescentes y los conocimientos sobre el tema anteriormente expuesto. Como resultados se obtuvieron que las estudiantes mencionaron en un 63.4% que la definición sobre las habilidades para la vida, son herramientas que permiten el desarrollo de las adolescentes para disfrutar la vida y lograr un desarrollo físico y mental saludable. Esta respuesta nos permite deducir que las estudiantes conocían vagamente sobre la definición de las habilidades para la vida; mientras que, un 30.7% respondieron que las habilidades para la vida son aquellas cosas que inciden de manera positiva en la calidad de vida. Sin embargo, al realizar un post test las estudiantes respondieron de manera correcta en un 96.73%, lo que ayudó a determinar que después de la aplicación de la guía se mejoró los conocimientos y el valor aumentó de 97 a 148 estudiantes con conocimientos adecuados. En conclusión, el conocimiento de las adolescentes se incrementó satisfactoriamente, gracias a la ayuda de la Guía Educativa elaborada, considerándose de mucha utilidad para las estudiantes, ya que contribuyó al incremento de conocimientos y así el mejoramiento de la calidad de vida.

**Palabras claves:** Salud pública; habilidades cognitivas; habilidades sociales; manejo de emociones; guía educativa.

## Abstract

The main objective of this research was to improve adolescents' knowledge of life skills, through an Educational Guide on Life Skills, this work was carried out at the “María Auxiliadora” Educational Unit in the Riobamba canton, Chimborazo province, the which lasted 3 months, the study was descriptive and cross-sectional, it described characteristics of adolescents and knowledge on the subject previously exposed. As results, it was obtained that the students mentioned in 63.4% that the definition of life skills are tools that allow adolescents to develop to enjoy life and achieve healthy physical and mental development. This answer allows us to deduce that the students knew vaguely about the definition of life skills; while, 30.7% answered that life

## Comunicación y habilidades para la vida adolescentes de la Unidad Educativa “María Auxiliadora”

---

skills are those things that positively affect quality of life. However, when performing a post test, the students responded correctly in 96.73%, which helped to determine that after the application of the guide, knowledge was improved and the value increased from 97 to 148 students with adequate knowledge. In conclusion, the knowledge of adolescent girls increased satisfactorily, thanks to the help of the prepared Educational Guide, which was considered very useful for students, since it contributed to increasing knowledge and thus improving the quality of life.

**Keywords:** Public health; cognitive habilyties; social skills; emotion management; educational guide.

### Resumo

O principal objetivo desta pesquisa foi melhorar o conhecimento dos adolescentes sobre as habilidades para a vida, através de um Guia Educacional sobre Habilidades para a Vida, este trabalho foi realizado na Unidade Educacional “María Auxiliadora” no cantão de Riobamba, província de Chimborazo, com duração de três meses, o estudo foi descritivo e transversal, descrevendo características dos adolescentes e conhecimentos sobre o assunto exposto anteriormente. Como resultados, obteve-se que os estudantes mencionaram em 63,4% que a definição de habilidades para a vida é uma ferramenta que permite ao adolescente se desenvolver para aproveitar a vida e alcançar um desenvolvimento físico e mental saudável. Essa resposta nos permite deduzir que os alunos sabiam vagamente sobre a definição de habilidades para a vida; enquanto 30,7% responderam que habilidades para a vida são coisas que afetam positivamente a qualidade de vida. No entanto, ao realizar um pós-teste, os alunos responderam corretamente em 96,73%, o que ajudou a determinar que, após a aplicação do guia, o conhecimento foi aprimorado e o valor aumentou de 97 para 148 alunos com conhecimento adequado. Concluindo, o conhecimento dos adolescentes aumentou satisfatoriamente, graças à ajuda do Guia Educacional elaborado, considerado muito útil para os alunos, pois contribuiu para o aumento do conhecimento e, conseqüentemente, para a melhoria da qualidade de vida.

**Palavras-chave:** Saúde pública; habilidades cognitivas; habilidades sociais; gerenciamento de emoções; guia educacional.

## Introducción

Las inquietudes de los padres que tienen niños pequeños giran alrededor de la alimentación, de la salud, de que caminen, de que hablen, en fin, de que se desarrollen de manera adecuada, pero al llegar a la pubertad, esta es la época en la que empiezan muchas manifestaciones de independencia, de necesidad de tomar distancia de sus padres para crear su propia identidad, en la cual es más clara la preferencia por los amigos, que por las personas que integran la familia. (Gómez, 2011)

En esa etapa los padres piensan que los hijos se les salieron de las manos. Con esta sensación aparece la preocupación al pensar que sus hijos pueden atravesar por situaciones de riesgo como: el consumo drogas; el comienzo de relaciones sexuales a temprana edad que probablemente termine en un embarazo; el consumo y abuso de drogas legales como el alcohol y el tabaco; los accidentes de tránsito y la participación en peleas. (Gómez, 2011)

Los y las adolescentes son afectadas por el consumo de sustancias adictivas. La cuarta parte se ha embriagado por lo menos una vez, el 21% ha fumado y casi tres de cada diez ha presenciado en su colegio a algún estudiante consumiendo drogas. (Observatorio Social del Ecuador, 2018)

El grupo de edad de 15 a 17 años registra una tasa de embarazo adolescente ocho veces mayor que la del grupo etario anterior y en las mismas provincias. Así, en Morona Santiago y Orellana llega a casi 90 por mil adolescentes, en la primera provincia, y a 93 en la segunda. En Pastaza a 81, igual que en Sucumbíos donde es de 82. Napo con 78 y Zamora Chinchipe con 71 por mil adolescentes, son las provincias con menor tasa dentro de las provincias amazónicas y del grupo de edad de 15 a 17 años. Mientras que en la provincia de Chimborazo se registra una tasa de 38,7% de embarazos en adolescentes. (Observatorio Social del Ecuador, 2018)

Junto con las destrezas cognitivas básicas necesarias para leer, escribir y hacer cálculos matemáticos, la educación en Habilidades para la Vida es un componente central de la calidad de la educación y del aprendizaje a lo largo de la vida. Declaraciones internacionales relacionadas con la promoción de la salud y la política educativa confirman su importancia, animando a los países a comprometerse con este enfoque. (Fundación EDEX, 2019)

El artículo 344 de la Constitución de la República del Ecuador, determina que el sistema nacional de educación comprenderá las instituciones, programas, políticas, recursos y actores del proceso educativo, así como acciones en los niveles de educación inicial, básica y bachillerato y estará articulado con el sistema de educación superior. El Estado ejercerá la rectoría del sistema a través

## Comunicación y habilidades para la vida adolescentes de la Unidad Educativa “María Auxiliadora”

---

de la autoridad educativa nacional, quien formulará la política nacional de educación; asimismo regulará y controlará las actividades relacionadas con la educación, así como el funcionamiento de las entidades del sistema. (Ministerio de Educación del Ecuador, 2018)

La nueva materia en la malla curricular denominada Desarrollo Humano Integral, con la cual se promovieron el desarrollo de programas en los sistemas educativos con el ejercicio de estrategias para la comunicación asertiva, manejo de emociones y resolución de conflictos. Alcanzar las metas de mantener una actitud positiva, realista y perseverante, comunicarse de una forma asertiva y construir caminos para un proyecto de vida, dentro del proceso de enseñanza - aprendizaje permitiría a las y los estudiantes afrontar de manera pro-activa las demandas y las problemáticas de la sociedad actual. (Ministerio de Educación del Ecuador, 2018)

En muchos países las enfermedades asociadas con conductas peligrosas, tales como fumar, accidentes de tránsito, violencia y actividad sexual de alto riesgo, han empezado a cobrar mayor importancia. Durante la última década, el nivel de violencia ha aumentado en todo el mundo, y está convirtiéndose en uno de los problemas más serios de Latinoamérica. (Mangrulkar, Whitman, & Posner, 2011)

En el desarrollo humano integral de las niñas, niños y adolescentes, el ofrecer herramientas para el aprendizaje de habilidades que mejoran la calidad de la vida diaria en los colegios. Es decir, crear un ambiente que garantice el derecho de las adolescentes a vivir una vida libre de violencias y al pleno desarrollo de sus potencialidades. Todo esto con el fin de alcanzar una convivencia armónica y una cultura de paz, que permitan el pleno desarrollo de las adolescentes por medio del ejercicio de sus derechos. (Ministerio de Educación del Ecuador, 2018)

En la ciudad de Riobamba el consumo temprano de alcohol, el embarazo en adolescentes y la violencia, son los principales problemas sociales a los que los adolescentes se enfrentan, dado que en los últimos años se han convertido en situaciones normales que pueden vivir en el transcurso de su vida, sin embargo esta situación puede mejorar, por este motivo en la Unidad Educativa “María Auxiliadora” se realizó un estudio de conocimientos sobre las habilidades para la vida, en el cual se planteó la siguiente interrogante: ¿Cómo pueden enfrentar los adolescentes los problemas sociales que se encuentran en su entorno?

Comunicación y habilidades para la vida adolescentes de la Unidad Educativa “María Auxiliadora”

---

Hoy en día los adolescentes están expuestos los diversos problemas sociales que tiene el Ecuador, tales como: la delincuencia, la violencia, los embarazos prematuros, el consumo de alcohol y tabacos, y también el consumo de drogas.

### Metodología

Con la finalidad de identificar las características socio-demográficas y los conocimientos se aplicó una encuesta, fue necesaria para determinar los conocimientos de los adolescentes sobre las habilidades para la vida y los problemas sociales presentes en el país. Todos los datos se tomaron de las herramientas de la investigación, es decir la encuesta que se realizó, las preguntas fueron acorde a las variables investigadas, que permitieron medirla y establecer criterios válidos. Los datos fueron procesados en el programa estadístico SPSS, que maneja también gráficos donde se pudo apreciar los resultados de una manera más clara y sencilla. Se diseñó una guía educativa para trabajar con las adolescentes, la misma que permitió reforzar los conocimientos de las estudiantes y que capten la información de manera más fácil.

### Resultados

**Tabla 1:** Definición de habilidades para la vida por parte de las adolescentes de la Unidad Educativa “María Auxiliadora” del cantón Riobamba. Chimborazo 2019

| Definición de habilidades para la vida |        |            |
|--|--------|------------|
|  | Número | Porcentaje |
| Correcto                               | 97     | 63.4%      |
| Incorrecto                             | 56     | 36.6%      |
| Total                                  | 153    | 100%       |

**Fuente:** Encuesta aplicada a las adolescentes de la Unidad Educativa “María Auxiliadora”

**Realizado por:** Los autores

Las estudiantes mencionaron en un 63.4% que la definición sobre las habilidades para la vida, son herramientas que permiten el desarrollo de las adolescentes para disfrutar la vida y lograr un

Comunicación y habilidades para la vida adolescentes de la Unidad Educativa “María Auxiliadora”

desarrollo físico y mental saludable; mientras que un 36.6% respondieron que las habilidades para la vida son aquellas cosas que inciden de manera positiva en la calidad de vida, siendo esta parte de los distractores

**Tabla 2:** Habilidades básicas para una buena comunicación por parte de las adolescentes de la Unidad Educativa “María Auxiliadora” del cantón Riobamba. Chimborazo 2019

| Habilidades básicas para una buena comunicación |        |            |
|---|--------|------------|
|   | Número | Porcentaje |
| Correcto  | 110    | 71.9%      |
| Incorrecto                                      | 43     | 28.1%      |
| Total   | 153    | 100%       |

**Fuente:** Encuesta aplicada a las adolescentes de la Unidad Educativa “María Auxiliadora”  
**Realizado por:** Los autores

Al aplicar la encuesta las estudiantes en un 71.9% afirmaron sobre las habilidades básicas para una buena comunicación, escuchar, observar y hablar. La cual es la respuesta correcta, esto nos permite reconocer que las estudiantes conocían vagamente sobre las habilidades básicas de una buena comunicación; mientras que, un 19.6% respondieron que las habilidades básicas para una buena comunicación son platicar, aconsejar y solucionar.

**Tabla 3:** Características de la habilidad social por parte de las adolescentes de la Unidad Educativa “María Auxiliadora” del cantón Riobamba. Chimborazo 2019

| Características de habilidad social |        |            |
|-------------------------------------|--------|------------|
|                                     | Número | Porcentaje |
| Correcto                            | 56     | 36.6%      |
| Incorrecto                          | 97     | 63.4%      |
| Total                               | 153    | 100%       |

**Fuente:** Encuesta aplicada a las adolescentes de la Unidad Educativa “María Auxiliadora”  
**Realizado por:** Los autores

Comunicación y habilidades para la vida adolescentes de la Unidad Educativa “María Auxiliadora”

Inicialmente el 63.4% de las adolescentes mencionó que las características de las habilidades sociales eran: identificar diferentes soluciones ante un problema y decidir cuál es la mejor opción, mientras que un 36.6% respondieron que las características de las habilidades sociales es el saber escuchar es lo más importante en una plática, pero también puede ser lo más difícil de hacer, la cual es la respuesta correcta. De aquí deducimos que las estudiantes no conocían sobre las características de las habilidades sociales.

**Tabla 4:** Significado de ser creativo por parte de las adolescentes de la Unidad Educativa “María Auxiliadora” del cantón Riobamba. Chimborazo 2019

| Significado de ser Creativo |        |            |
|-----------------------------|--------|------------|
|                             | Número | Porcentaje |
| Correcto                    | 73     | 47.7%      |
| Incorrecto                  | 80     | 52.3%      |
| Total                       | 153    | 100%       |

**Fuente:** Encuesta aplicada a las adolescentes de la Unidad Educativa “María Auxiliadora”

**Realizado por:** Los autores

En lo que concierne al significado de ser creativo; las estudiantes mencionaron en un 47.7% que el significado de ser creativo hacer cosas nuevas como dibujar, pintar, bailar, etc. Que es la respuesta correcta, esto permite determinar que las estudiantes conocían sobre el significado de ser creativo, sin embargo, no es la mayoría, dado que un 52.3% respondieron que el significado de ser creativo es solucionar positiva y pacíficamente los problemas. Esto puede determinar que las adolescentes confundieron el significado de ser creativo.

Comunicación y habilidades para la vida adolescentes de la Unidad Educativa “María Auxiliadora”

**Tabla 5:** Definición de Toma de Decisiones por parte de las adolescentes de la Unidad Educativa “María Auxiliadora” del cantón Riobamba. Chimborazo 2019

| Definición de Toma de Decisiones |        |            |
|----------------------------------|--------|------------|
|                                  | Número | Porcentaje |
| Correcto                         | 23     | 15%        |
| Incorrecto                       | 130    | 85%        |
| Total                            | 153    | 100%       |

**Fuente:** Encuesta aplicada a las adolescentes de la Unidad Educativa “María Auxiliadora”

**Realizado por:** Los autores

Inicialmente en la encuesta las estudiantes mencionaron en un 85% que el significado de la toma de decisiones es: mirar a los ojos, lenguaje no verbal y platicar y además es necesario comunicar a quienes están involucrados en el problema cuál es la solución. Mientras que solo un 15% eligieron la respuesta correcta. De aquí deducimos que las estudiantes desconocen sobre el significado de la toma de decisiones.

**Tabla 6:** Mejorar el Autoestima por parte de las adolescentes de la Unidad Educativa “María Auxiliadora” del cantón Riobamba. Chimborazo 2019

| Mejorar el Autoestima |        |            |
|-----------------------|--------|------------|
|                       | Número | Porcentaje |
| Correcto              | 127    | 83%        |
| Incorrecto            | 26     | 17%        |
| Total                 | 153    | 100%       |

**Fuente:** Encuesta aplicada a las adolescentes de la Unidad Educativa “María Auxiliadora”

**Realizado por:** Los autores

En cuanto al mejoramiento de la autoestima; un 83% de las adolescentes afirmaron que para mejorar la autoestima se lo hace mostrando respeto hacia nosotros mismos, lo que determino que

## Comunicación y habilidades para la vida adolescentes de la Unidad Educativa “María Auxiliadora”

---

las adolescentes conocen sobre la autoestima, mientras que solo un 17% eligieron las respuestas consideradas como distractores.

La elaboración de una Guía Educativa fue de gran utilidad para las adolescentes, este documento ayudo a contribuir con el desarrollo saludable de las adolescentes, basado en las habilidades para la vida siendo este en un aspecto clave para el desarrollo de las adolescentes, pues adquirieron conocimientos sobre habilidades cognitivas, habilidades sociales y emocionales que ayudaran a enfrentar problemas.

Estas habilidades ayudaron a fortalecer los factores protectores de las adolescente, promover la competitividad necesaria para lograr una transición saludable hacia la madurez y promover la adopción de conductas positivas, además se involucra en el desarrollo de la identidad sexual, comprensión de la presión por parte de los pares y manejo de emociones teniendo como resultado una mejor comunicación, una toma efectiva de decisiones, solución de conflictos y prevención de conductas negativas o de alto riesgo, tales como el uso de tabaco, alcohol u otras drogas, relaciones sexuales inseguras y violencia.

### Conclusiones

Los comportamientos aprendidos se usan para que las personas puedan enfrentar varias situaciones en su vida, sin embargo, durante el estudio se pudo apreciar que las adolescentes tienen una deficiencia en cuanto a los conocimientos relacionados con las habilidades para la vida.

Los resultados obtenidos ayudaron a buscar una manera de incrementar en las adolescentes un elevado nivel de desarrollo en habilidades para la vida, mejorar sus niveles de credibilidad y autoestima.

La implementación de la guía educativa en Habilidades para la Vida permitió que cada persona se conozca y acepte tal y como es, dejar de lado los juicios previos y tratar de entender a la otra persona y enfrentarnos con éxito a las diversas situaciones que nos plantea la vida.

### Referencias

1. Campos, C. (2017). Empatía y Habilidades. Obtenido de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/42/Campos-Carmen.pdf>

Comunicación y habilidades para la vida adolescentes de la Unidad Educativa “María Auxiliadora”

---

2. Compartim. (2009). Revista de formación del docente. Habilidades para la vida. Recuperado el 18 de julio de 2019, de [http://cefire.edu.gva.es/sfp/revistacompartim/arts4/02\\_com\\_habilidades\\_vida.pdf](http://cefire.edu.gva.es/sfp/revistacompartim/arts4/02_com_habilidades_vida.pdf)
3. Esquivias, A. (2014). Comunicación y diálogo. Obtenido de <https://antonioesquivias.files.wordpress.com/2014/06/escucha-activa.pdf>
4. Fedor, J. (2016). La comunicación. Obtenido de [http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1316-71382016000300002](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-71382016000300002)
5. Fundación EDEX. (2019). Habilidades para la Vida. Obtenido de <https://www.habilidadesparalavida.net/edex.php>
6. Gil, S., & Llinás, A. (2020). Grandes herramientas para pequeños guerreros - Habilidades Sociales. Barcelona: Flamboyant.
7. Gómez, L. (2011). Salud y Crianza. Adolescentes - Habilidades para la vida. Obtenido de <https://crianzaysalud.com.co/adolescentes-habilidades-para-la-vida/>
8. Guzmán, L. (2016). Manejo de emociones y sentimientos. Obtenido de <https://www.cch.unam.mx/padres/sites/www.cch.unam.mx/padres/files/archivos/08-Habilidades-para-la-Vida.pdf>
9. Mangrulkar, L., Whitman, C., & Posner, M. (2011). Enfoque de Habilidades para la Vida para un desarrollo saludable de niños y adolescentes. Obtenido de [http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Enfoque%20de%20Habilidades%20para%20la%20vida%20OPS\\_0.pdf](http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Enfoque%20de%20Habilidades%20para%20la%20vida%20OPS_0.pdf)
10. Ministerio de Educación del Ecuador. (2018). Guía de Desarrollo Humano Integral dirigida a docentes para la implementación de Habilidades para la Vida en el Sistema Nacional Educativo. Obtenido de <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2018/09/GUIA-DE-DESARROLLO-HUMANO-INTEGRAL.pdf>
11. Observatorio Social del Ecuador. (2018). Situación de la niñez y adolescencia en Ecuador. Obtenido de [https://www.unicef.org/ecuador/SITAN\\_2019\\_Web.pdf](https://www.unicef.org/ecuador/SITAN_2019_Web.pdf)
12. Observatorio Social del Ecuador. (2018). Situación de la niñez y adolescencia en el Ecuador, una mirada a través de los ODS. Obtenido de [https://www.unicef.org/ecuador/SITAN\\_2019\\_Web.pdf](https://www.unicef.org/ecuador/SITAN_2019_Web.pdf)

Comunicación y habilidades para la vida adolescentes de la Unidad Educativa “María Auxiliadora”

---

13. UNICEF. (2017). Herramientas para el Buen Trato y la Prevención de la Violencia. Recuperado el 17 de julio de 2019, de [https://www.unicef.org/venezuela/spanish/Habilidades\\_Correcciones\\_Noviembre.pdf](https://www.unicef.org/venezuela/spanish/Habilidades_Correcciones_Noviembre.pdf)

©2020 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).