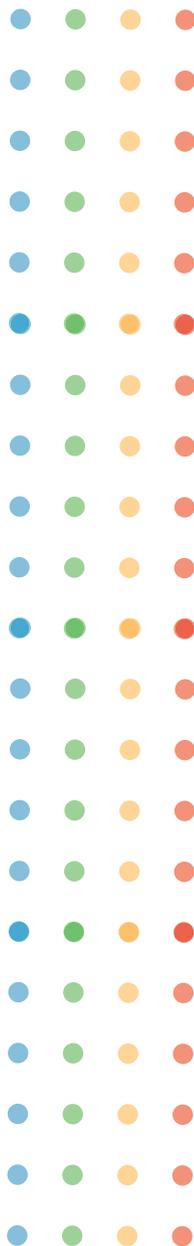




CHILE LO  
HACEMOS  
TODOS



# FORMACIÓN de EMBAJADORES de CONTRAPESO

PROTOCOLO





Secretaría Ejecutiva Plan Contra la Obesidad Estudiantil - CONTRAPESO  
Dirección Nacional JUNAEB  
1ª Edición, abril 2018  
Monjitas 565, Santiago.  
Región Metropolitana, Chile.  
[www.junaeb.cl](http://www.junaeb.cl)

La elaboración de este material forma parte del trabajo colaborativo de la Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas y la Asociación de Guías y Scouts de Chile.

ISBN:

Registro de propiedad Intelectual:

Distribución gratuita. Se autoriza la reproducción total o parcial del contenido del presente documento, la distribución, la comunicación pública y la creación de documentos derivados, siempre y cuando se reconozca la autoría original.

Para citar este documento:

Asociación de Guías y Scouts de Chile, Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas, Ministerio de Educación, Gobierno de Chile. 2018. "Protocolo de formación de Embajadores de Contrapeso".



# índice

1. ANTECEDENTES GENERALES.....	4
2. ESTRATEGIA DEL CAMBIO DE COMPORTAMIENTO .....	5
PERFIL DE EMBAJADOR DE CONTRAPESO / GUÍAS Y SCOUTS DE CHILE .....	7
OBJETIVO DE LA FORMACIÓN.....	8
PROTOCOLO DE FORMACIÓN DE EMBAJADORES CONTRAPESO / GUÍAS Y SCOUTS DE CHILE.....	9
1. Etapa inicial .....	9
2. Etapa de desarrollo .....	10
3. Etapa final .....	11



# 1. ANTECEDENTES GENERALES

La Misión de La Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas (JUNAEB) es acompañar a los estudiantes en condición de desventaja social, económica, psicológica y/o biológica, para contribuir a la igualdad de oportunidades dentro del sistema educacional, a través de la entrega oportuna de bienes y/o servicios.

Chile presenta alarmantes índices de malnutrición por exceso, sobrepeso y obesidad mayoritariamente, los cuales afectan a nuestra población estudiantil, impactando en el ámbito de la salud, aprendizaje, desarrollo social y afectivo. Para estos efectos, Junaeb ha asumido el desafío de contribuir a brindar mejores oportunidades definiendo una política pública institucional en el tiempo, que responda al desafío y compromiso permanente con los estudiantes más vulnerables del país; para lo cual está llevando a cabo el “Plan Contra la Obesidad Estudiantil – Contrapeso” que es parte de la oferta programática del Sistema Elige Vivir Sano.

Contrapeso, quiere contribuir en la generación de mejores condiciones sustentables y sostenibles, con un foco comunitario y de responsabilidad social, haciendo partícipe a sus diferentes actores del quehacer nacional, que puedan servir de Embajadores en la difusión de esta importante política pública, para lo cual se ha considerado a la Asociación de Guías y Scouts de Chile, como un actor social relevante para el “Plan Contra la Obesidad Estudiantil – Contrapeso”.

Por otro lado, la misión de Guías y Scouts de Chile, es contribuir a la educación de jóvenes para que participen en la construcción de un mundo mejor, donde las personas se desarrollen plenamente y jueguen un papel constructivo en la sociedad.

Junaeb, busca establecer distintos lazos de comunicación y difusión de esta política pública, con distintos actores del quehacer social, como lo es la Asociación de Guías y Scouts de Chile, organismo que cuenta con capacidad de difundir y hacer llegar el mensaje que Contrapeso representa, razón por la cual se ha suscrito un convenio de colaboración.

En este contexto, ambas instituciones han acordado iniciar un proceso de formación de **“Embajadores del Plan Contrapeso”**, motivo por el cual se han asumido una serie de responsabilidades.

## 2. ESTRATEGIA DEL CAMBIO DE COMPORTAMIENTO

Con el fin de contribuir a fortalecer los hábitos de vida activa y saludable en la población estudiantil, Junaeb ha diseñado una **“Estrategia del cambio de comportamiento”**, pilar fundamental del Plan Contrapeso, donde se determinan los distintos niveles en los cuales se debe intervenir de manera transversal para aspirar a obtener los resultados esperados.

**Los niveles transversales de acción considerados son los siguientes:**

- Facilitar acceso a todo lo necesario para fomentar hábitos positivos.
- Educación y emprendimiento comunitario.
- Monitores y líderes comunitarios.
- Fortalecimiento de la comunidad.
- Ambientes de bienestar.



Figura N°1: Niveles transversales de acción de la estrategia del cambio de comportamiento.



## Estos niveles son:

### MONITORES Y LÍDERES COMUNITARIOS

A través de la formación de una red de agentes de cambio, se facilitará la creación de comunidades de apoyo en torno a una cultura de vida saludable. Estos líderes y monitores son personas en terreno que promueven los pilares de Contrapeso.

Es muy importante que las personas que compongan esta red, sean un ejemplo de una vida saludable y en armonía para que realmente pueda inspirar al resto de la comunidad. En este contexto, la estrategia a seguir con los agentes de cambio, es que primero ellos adquieran un comportamiento activo y saludable, para que al mismo tiempo puedan motivar, promover e impulsar a otras personas. También se considerará como monitor o líder a personas que se encuentran cambiando su situación actual, comenzando a adquirir hábitos de vida saludable.

Los esfuerzos se enfocarán en los agentes de cambio, principalmente porque están abiertos a escuchar y les motiva aprender e implementar nuevos hábitos y de esta forma “contagiar” al resto de la comunidad. Esto permite crear una estructura social para empoderar a las propias comunidades y que sean ellas mismas las que fomenten y faciliten el adoptar nuevos hábitos.

### EDUCACIÓN Y EMPRENDIMIENTO COMUNITARIO.

El propósito en la educación es que las personas aprendan y puedan tomar buenas decisiones, por lo tanto, el proceso de aprendizaje es muy importante. Por otra parte, es necesario poder dar las herramientas de emprendimiento a las personas para que una vez que se genera el aprendizaje, puedan experimentar lo que aprendieron. Este proceso genera una condición de consciencia y aprendizaje mucho más profundo que permite materializar las ideas.

Otro de los puntos importantes es que el aprendizaje y el emprendimiento sea colectivo y colaborativo, con el fin de poder lograr que sus cambios sean sostenibles.

### FORTALECIMIENTO DE LA COMUNIDAD.

Dentro de este marco, el foco principal de la estrategia está en facilitar una mejora en la condición de los estudiantes, y desde ahí, realizar un trabajo con las familias y las comunidades.

Se busca que sean las mismas comunidades las que apoyen sus cambios de hábitos y compartan las soluciones para que otras comunidades puedan aprovechar ese aprendizaje y realizar modificaciones, generando un vínculo positivo entre la persona y su entorno.

Se propone entregar servicios que permitan y faciliten el adoptar nuevos hábitos que conlleven a comportamientos más activos y saludables con foco en el autocuidado. En ese proceso, cobra relevancia poder capacitar y fortalecer los vínculos de la familia con la comunidad.

## **AMBIENTES DE BIENESTAR.**

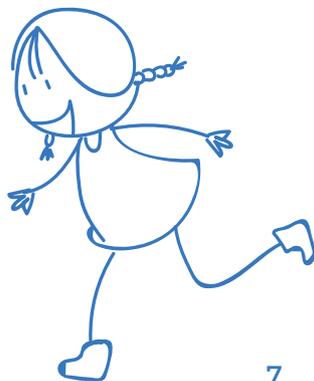
Es importante empoderar a la comunidad y sus integrantes, no solamente para aprender sobre nuevas formas de nutrirse y vivir mejor, sino también para implementar los cambios necesarios para que eso ocurra en su comunidad y en su vida diaria de forma sostenible. Poder generar espacios amigables que incentiven conductas y propicien condiciones facilitadoras para comportamientos activos y saludables, perdurables, considerando un vínculo cultural y pertinencia local. Estos ambientes deben ser sostenibles y sustentables, involucrando a la comunidad en su creación, mantención, cuidado e innovación permanente.

## **FACILITACIÓN PARA DISPONIBILIDAD.**

Es importante entregar información y realizar cambios en el entorno que faciliten la transformación de malos hábitos hacia aquellos que son positivos, propiciando cambios de comportamientos.

Para que una acción sea bien recibida y se lleve a cabo de manera adecuada, es importante ser claros en el mensaje e información entregada y poner al alcance las alternativas que incentiven la acción esperada. Éstas deben ser simples y no deben depender del cumplimiento de una gran cantidad de pasos o de la obtención de una gran cantidad de información. Para ello, las herramientas comunicacionales y poner a disposición los bienes, servicios y productos asociados a una vida activa, juegan un rol muy importante.

Es trascendental que se facilite el cambio hacia conductas de estilo de vida activa y saludable, y que esto suceda en todos los espacios posibles de la comunidad.





## PÉRFIL DE EMBAJADORES DE CONTRAPESO / GUÍAS Y SCOUTS DE CHILE

Los **Embajadores de Contrapeso** serán considerados como una “especialidad” dentro del Movimiento de Guías y Scouts de Chile. Por lo anterior, cuando una guía o un scout decida ser Embajador de Contrapeso, deberá considerar que las especialidades son actividades complementarias, individuales y voluntarias, que los jóvenes realizan en forma paralela al calendario de actividades de su propia Unidad.

Para llegar a ser un especialista se necesita tiempo, estudio y dedicación, pero por algo se comienza, generalmente gracias a que alguna persona o circunstancia nos estimulan en una determinada dirección. Las especialidades para guías y scouts pretenden ser ese punto de partida, fomentando la adquisición y ejercicio de habilidades en torno a un tema específico, desarrollando aptitudes innatas, motivando la exploración de nuevas aficiones y, como consecuencia, mejorando su autoestima gracias a la seguridad que brinda el manejo de una destreza.

Desde esta perspectiva, este protocolo entenderá las especialidades “como una invitación a que la niña, niño o joven explore, investigue, indague, lea, navegue por Internet y busque de muchas formas posibles información sobre la materia de su interés, con el fin de lograr dominar las habilidades que exige dicha materia, campo o tema. Por lo tanto, deben estar plenamente conscientes que enfrentar el desarrollo de una especialidad exige constancia y esfuerzo personal. La búsqueda es valiosa en sí misma y no constituye falla el no completar el proceso de una especialidad ya que el camino contribuye al conocimiento de sí mismo”. (Asociación de Guías y Scouts de Chile, 2016: 12).

### OBJETIVO DE LA FORMACIÓN

El proponerse perfeccionar una habilidad o conocimiento propios de una especialidad ayuda a la progresión personal de cada niña o niño. Esto se da no solamente por conseguir dominar cierta destreza en una materia, sino que, especialmente, “por el proceso vivido durante el desarrollo de la especialidad, desde que manifiesta su interés por una especialidad hasta su logro” (Asociación de Guías y Scouts de Chile, 2016: 12).

Un Embajador de Contrapeso será un actor clave en su comunidad, donde podrá ejecutar acciones que contribuyan a facilitar las condiciones en sus entornos, que hagan posible promover en las personas con las cuales interactúa y se relaciona, hábitos de vida activa y saludable.

# PROTOCOLO DE FORMACIÓN DE EMBAJADORES DE CONTRAPESO / GUÍAS Y SCOUTS DE CHILE

Para la formación de Embajadores de Contrapeso en el marco del convenio Junaeb - Asociación Guías y Scout de Chile, se presenta la siguiente metodología:

## 1. Etapa inicial:

La etapa inicial tiene 3 procesos:

### 1.1 Capacitaciones:

Se realizarán capacitaciones para voluntarias y voluntarios que apoyarán y acompañarán a los jóvenes en su proceso de formación como Embajadores de Contrapeso.

Se espera realizar 3 Capacitaciones presenciales en instancias que ya hayan sido agendadas por la Asociación de Guías y Scouts.

La capacitación se complementará a través de cápsulas digitales creadas por Junaeb y el protocolo de formación de los Embajadores de Contrapeso.

Esta actividad se realizará debido a que se considera que gran parte del éxito del sistema de especialidades depende del estímulo y la motivación que el equipo de animadores adultos genera en las y los jóvenes, incentivándolos a iniciar la tarea y llegar al final.

### 1.2 Motivación a guías y scouts:

En la Unidad respectiva, las guías y dirigentes incentivarán a las niñas, niños y jóvenes para que desarrollen y adquieran especialidades, resguardando que la decisión de hacerlo es enteramente voluntaria. Para generar interés en la especialidad de Embajadores de Contrapeso, Junaeb dispondrá de cápsulas digitales que incentivarán esta motivación.

### 1.3 Acordar objetivos:

Cuando un joven manifieste voluntariamente querer especializarse en Embajador de Contrapeso, se juntará con su dirigente o guía para conversar y acordar los objetivos que tendrá la especialidad, las acciones que se desarrollarán y los requisitos que se establecerán para considerarla lograda.



## 2. Etapa de desarrollo:

La etapa de desarrollo tiene 3 procesos:

### 2.1 Diagnóstico:

Para la planificación del trabajo de la especialidad, es deseable que la voluntaria o voluntario que acompañará al niño o la niña en el proceso de especializarse como Embajador de Contrapeso, realice conjuntamente un diagnóstico de los conocimientos previos, y en base a éste, plantear las metas y plazos para la obtención de la especialidad.

Es necesario considerar que la especialidad se desarrolla individualmente, en distintos momentos, en un tiempo adicional a aquel destinado a los encuentros semanales habituales y en un período muy variable, cuya duración, es aproximadamente de 3 meses. Este período es independiente del ciclo de programa que la Unidad esté viviendo y no guarda relación con él. (Asociación de Guías y Scouts de Chile, 2016: 6).

### 2.2 Definición de objetivos:

Es importante considerar que la actividad que decida realizar el joven para cumplir su objetivo debe estar alineada a la estrategia del cambio de comportamiento hacia una vida activa y saludable del Plan Contrapeso.

A las adultas y adultos que acompañarán a los jóvenes en el proceso de su especialidad, se les capacitará en los niveles transversales de acción buscando a que incentiven a las niñas y niños a aplicarlos en el diseño, implementación y evaluación de su especialidad. Si bien se espera que las actividades realizadas en la especialidad aborden todos los niveles transversales de acción, esto dependerá del contexto de cada uno de los niños y niñas y del diagnóstico inicial que realicen.

### 2.3 Implementación:

Una vez definidos los objetivos se comenzará con la actividad propuesta a llevar a cabo, donde será importante considerar que la niña o el niño pueden llevar un registro de sus acciones en un instrumento sencillo que le sirva de ayuda para organizarse en el momento de la planificación y posteriormente para ir marcando sus logros.

Además, se considera relevante para Junaeb, contar con un registro de imágenes de las distintas actividades que desde la Asociación de Guías y Scouts harán llegar a Junaeb.

## 3. Etapa Final:

La etapa final tiene 3 procesos:

### 3.1 Cumplimiento de actividades propuestas:

Cuando todos los niveles transversales de acción han sido abordados con las actividades propuestas por el niño o la niña, deberá acercarse a su guiadora o dirigente para determinar el cumplimiento de las mismas, y establecer de común acuerdo, que se ha finalizado la especialidad de Embajador de Contrapeso.

### 3.2 Solicitud de insignia:

Finalizada la especialidad, la guiadora o el dirigente deberá solicitar a la Oficina Nacional de la Asociación de Guías y Scouts de Chile la insignia de Embajador de Contrapeso y completar, los datos que se le soliciten.

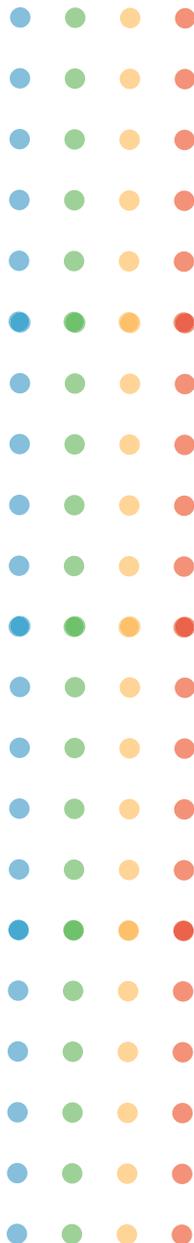
### 3.3 Ceremonia entrega de insignia a Embajador de Contrapeso:

El logro de la especialidad se realiza en una ceremonia final y se reconoce mediante la entrega de una insignia de Embajador Contrapeso.

Esto se realizará según el modelo implementado por Guías y Scouts de Chile, donde cada Embajador aceptará voluntariamente, un estilo de vida, un compromiso personal hacia un código de conducta y promoviendo su nuevo rol frente a la sociedad.



**CHILE LO  
HACEMOS  
TODOS**



**PROTOCOLO  
FORMACIÓN DE  
EMBAJADORES DE CONTRAPESO  
JUNTA NACIONAL DE AUXILIO ESCOLAR Y BECAS  
2018**



**GUÍAS Y SCOUTS  
DE CHILE**

