

LA PROMOCIÓN DE LA SALUD Y EL BIENESTAR SOCIAL

Radhamés Hernández Mejía

Universidad de Oviedo

Mientras la creación y el mantenimiento de unas condiciones de vida decentes para todas las personas no sean reconocidos como una obligación natural por todos los pueblos y países -mientras tanto- no podremos hablar, con un cierto grado de justificación, de una humanidad civilizada.

Albert Einstein, 1945

El concepto de decencia, del latín *decentia*, es definido por la R.A.E. como “Aseo, compostura y adorno correspondiente a cada persona o cosa. Recato, honestidad, modestia. Dignidad en los actos y las palabras, conforme al estado o calidad de las personas”. Se comprende claramente la obligación natural que Einstein consideraba en la cita que elegimos para comenzar este artículo, para que todos los pueblos y países, vivamos en una humanidad civilizada.

La Organización Mundial de la Salud al constituirse en 1946, en conformidad con la carta de las Naciones Unidas, establecía como primer principio básico para la felicidad, las relaciones armoniosas y la seguridad de todos los pueblos, que la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. La salud es uno de los derechos fundamentales de todo ser humano, y aunque la salud pública es una responsabilidad de cada comunidad, la salud individual es imprescindible para el bienestar de cada persona.

Los gobiernos de cada país tienen la responsabilidad de la salud de sus pueblos, la cual sólo puede ser cumplida mediante la adopción de políticas sanitarias y sociales adecuadas. El desarrollo saludable de todas las personas es de importancia fundamental,

si bien, el cuidado individual es una obligación personal, y la sociedad debe promoverlo a través de sus programas educativos.

En 1974 el Ministro de Salud de Canadá Marc Lalonde presenta el proyecto “Nuevas perspectivas en la salud de los canadienses”. Éste documento, denominado Informe Lalonde que representa uno de los primeros intentos de modificar la planificación, tradicionalmente dirigida a los servicios de atención sanitaria, en favor de la planificación para lograr una población y un ambiente saludables. En el informe se establece que los principales condicionantes de la salud son: la biología humana, el medio ambiente, los estilos de vida y el sistema sanitario.

Cuatro años más tarde la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), celebran en Alma Ata, capital de la República Soviética de Kazajstán, la Conferencia Internacional sobre Atención Primaria de Salud. En aquella reunión, más de cien naciones representadas, se comprometieron con el objetivo «Salud para Todos en el Año 2000». El punto cuarto de la denominada Declaración de Alma Ata dice, “Las personas tienen el derecho y el deber de participar individual y colectivamente en la planificación e implementación de su atención sanitaria”.

Los cambios tan rápidos e irreversibles que caracterizan a los tiempos en que vivimos, obligan a proyectarse constantemente hacia el futuro, pero los sistemas de salud ni siquiera han logrado avanzar al ritmo que imponen las necesidades sentidas por las poblaciones. Ante la necesidad de buscar un nuevo acercamiento a los múltiples problemas de salud que aún hoy exigen solución en todas las partes del mundo, la Organización Mundial de la Salud, el Ministerio de Salud y Bienestar Social de Canadá y la Asociación Canadiense de Salud Pública organizaron la primera Conferencia Internacional sobre la Promoción de la Salud. Esta Primera Conferencia sobre la de la Promoción de la Salud, se reunió en Ottawa del 17 al 21 de noviembre de 1986, aprobando la Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud, que establece las

acciones que se han de realizar para alcanzar la Salud Para Todos en el año 2000 y en los años sucesivos.

La promoción de la salud es el proceso dirigido a capacitar a las personas para que aumenten el control sobre su salud, y para que la mejoren. Para alcanzar un estado adecuado de bienestar físico, mental y social, un individuo o un grupo debe ser capaz de identificar y llevar a cabo unas aspiraciones, satisfacer unas necesidades y cambiar el entorno o adaptarse a él. La salud se contempla, pues, como un recurso para la vida cotidiana, no como el objetivo de la vida. La salud es un concepto positivo que enfatiza recursos sociales y personales, junto con capacidades físicas. Por tanto, la promoción de la salud no es simplemente responsabilidad del sector sanitario, sino que va más allá de los estilos de vida saludables para llegar al bienestar. Las condiciones y recursos fundamentales para la salud son: paz, vivienda, educación, alimento, ingresos económicos, un ecosistema estable, recursos sostenibles, justicia social y equidad. La mejora de la salud requiere una base sólida fundamentada en estos prerrequisitos.

La promoción de la salud va más allá de la atención sanitaria. Coloca a la salud dentro de la agenda de quienes elaboran políticas en todos los sectores y a todos los niveles, encarrilándolos a que sean conscientes de las consecuencias que sus decisiones pueden tener para la salud, y a que asuman sus responsabilidades para con la salud. Una política de promoción de la salud combina enfoques distintos pero complementarios, que incluyen cambios en la legislación, en las medidas fiscales, en los impuestos y de organización. Es la acción coordinada lo que conduce a políticas sociales, de economía y de salud que fomenten una mayor equidad. La acción conjunta contribuye a asegurar servicios y bienes más seguros y más sanos, servicios públicos más saludables, y entornos más limpios y agradables.

La promoción de la salud apoya el desarrollo individual y colectivo, aportando información, educación para la salud, y potenciando las habilidades para la vida. De este modo, aumentan las opciones

disponibles para que la gente ejerza un mayor control sobre su propia salud y sobre sus ambientes, y para que hagan unas selecciones que conduzcan a la salud. Es esencial capacitar a la población para que aprenda, a lo largo de su vida, a prepararse de cara a todas y cada una de las etapas de la misma, y a afrontar las enfermedades y lesiones crónicas. Esto ha de hacerse posible en los ambientes escolares, hogareños, laborales y comunitarios. Son necesarias acciones mediante los cuerpos educativos, profesionales, comerciales y de voluntariado, y dentro de las propias instituciones sociales.

La responsabilidad para con la promoción de la salud en los servicios sanitarios está compartida entre las personas, los grupos comunitarios, los profesionales de la salud, las instituciones de servicios sanitarios, los gobiernos y las organizaciones no gubernamentales. Todos ellos deben trabajar conjuntamente en la creación de un sistema de asistencia sanitaria que contribuya a la obtención de la salud. El papel del sector sanitario debe orientarse cada vez más hacia una promoción de la salud, más allá de su responsabilidad de prestar servicios clínicos y curativos. Es necesario que los servicios sanitarios asuman un enfoque amplio que sea sensible a las necesidades culturales y las respete. Este enfoque debería hacer soporte a las necesidades de las personas y las comunidades de cara a una vida más sana, y abrir cauces de relación entre el sector sanitario y los componentes sociales, políticos, económicos y del ambiente físico, más amplios. El reorientar los servicios sanitarios exige igualmente que se preste mayor atención a la investigación sobre la salud, junto con cambios en la educación teórica y formación práctica profesionales. Todo esto debe llevar a un cambio en la actitud y organización de los servicios sanitarios que los reenfoque hacia las necesidades totales del individuo, entendiéndose éste como un todo.

Para finalizar hablaremos de la participación individual en la promoción de la salud. Citaremos una evidencia científica contrastada, la investigación realizada en el Estado de California, (Alameda County). Este estudio poblacional puso de manifiesto los siete factores más importantes para mantener una vida

saludable: No fumar, beber moderadamente, comer una dieta equilibrada, mantener el peso normal, no picar entre comidas, hacer ejercicio físico regularmente y dormir 7-8 horas al día. Según el estudio, las personas que cumplían con los siete factores, frente a los que no los cumplían, presentaban una expectativa de vida mayor, de entre 20 a 30 años. Además la calidad de vida de los que viven con este estilo de vida saludable era muy superior frente a las personas que no cumplían estos factores.

Referencias:

– Constitución de la Organización Mundial de la Salud aprobada en la Conferencia Sanitaria Internacional, Nueva York, firmada el 22 de julio de 1946 por los representantes de 61 Estados. Off. Rec. Actas Organización Mundial de la Salud, 2, 100; 19 de junio al 22 de julio de 1946.

– Marc Lalonde. A New Perspective on the Health of Canadians. A working document. Minister of National Health and Welfare, Government of Canada. Ottawa, April 1974.

– Declaración de Alma Ata, Conferencia de Atención Primaria de Salud, Alma Ata, URSS, patrocinada conjuntamente por la Organización Mundial para la Salud y el Fondo de la Naciones Unidas para la Infancia; 6-12 de septiembre de 1978

– Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud. Conferencia Internacional auspiciada por la Organización Mundial de la Salud, el Ministerio de Salud y Bienestar Social de Canadá y la Asociación Canadiense de Salud Pública. Ottawa, Canadá; 17-21 de noviembre de 1986.

– Nedra B. Belloc and Lester Breslow. Relationship of Physical Health Status and Health Practices. Preventive Medicine; 1:409-421, 1972.