

## REFLEXIONES ALREDEDOR DEL CONCEPTO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN DE LA ENFERMEDAD

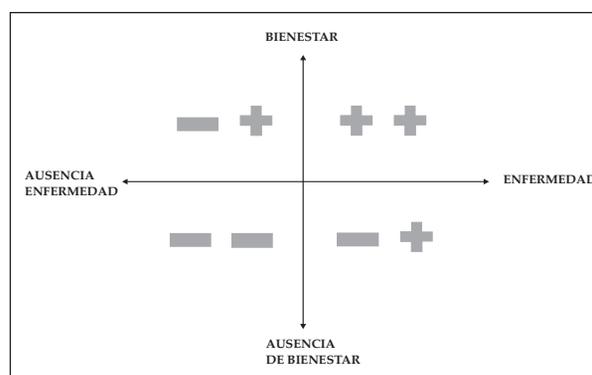
PABLO ALFONSO SANABRIA FERRAND Ps. M.Sc.\*

*<sup>1</sup>Profesor Asociado, Facultad de Medicina*

Durante los años que llevo trabajando como profesor en la facultad de medicina, que ya son más de 18, me he encontrado con dos conceptos altamente controvertibles en salud. Estos son: promoción de la salud y prevención de la enfermedad. El primero, aparentemente aborda la salud desde la perspectiva positiva, mientras que el segundo lo hace desde la perspectiva negativa. En otras palabras, la promoción según la carta de Ottawa en 1986, "consiste en proporcionar a la gente los medios necesarios para mejorar la salud y ejercer un mayor control sobre la misma", lo cual se logra desde el diseño de políticas públicas en salud, la construcción de ambientes favorables, el refuerzo de acciones comunitarias, reorientar los servicios de salud, hasta el desarrollo de hábitos de vida, tales como la promoción de la actividad física, alimentación sana, consumo moderado del alcohol, no fumar, etc. Por su parte, la prevención de la enfermedad según la Organización Mundial de la Salud (OMS) son "medidas destinadas no solamente a prevenir la aparición de la enfermedad, tales como la reducción de factores de riesgo, sino también a detener su avance y atenuar sus consecuencias una vez establecida".

Probablemente, casi nadie discutirá dichos conceptos, pero en mis clases he venido controvirtiendo tal aproximación. Desde mi perspectiva como psicólogo de la salud, considero que estas definiciones son la herencia de entender la salud y la enfermedad como dos polos opuestos de un mismo continuo. Así, las personas estamos ubicadas en algún punto del continuo, dependiendo de su nivel de salud. Si se está más cerca del polo positivo, quiere decir que se tiene la fortuna de no padecer de dolencias de salud o que dichas dolencias afectan poco la calidad de vida, pero si por el contrario se está más cerca del polo negativo, quiere decir que tenemos grandes problemas de salud. En síntesis, esta perspectiva nos estaría indicando que las enfermedades nos quitan salud, y lo contrario, la ausencia de enfermedades nos la otorgan. Desde esta perspectiva, el concepto de promoción de la salud cuyo objetivo es procurar los medios para mejorarla y controlarla, necesariamente apuntan a evitar la enfermedad.

Considerar la salud más que la ausencia de enfermedad y como un estado de completo bienestar psicosocial tal como lo define hace años la misma OMS, es incoherente con el concepto de salud como continuo. Para que este planteamiento sea válido hay que pensar la salud y la enfermedad como dos procesos independientes el uno del otro. La propuesta es la siguiente: la enfermedad física corresponde a una alteración de la anatomía y/o fisiología del organismo, que cuando está presente probablemente limitará de alguna manera la capacidad del sujeto para interactuar con su medio ambiente. Así, podremos hablar de un continuo de la enfermedad en donde en un extremo está la ausencia de enfermedad (que no es igual a tener salud) y por el otro la alteración máxima del organismo, sin que ocurra la muerte. Podríamos representar este concepto con una línea horizontal. En otro eje y en una línea vertical, tendríamos el concepto de salud o mejor de bienestar, que también estaría representado en un continuo con dos polos, uno negativo y otro positivo. El polo negativo indicaría la ausencia de bienestar y el positivo el logro pleno de las metas de bienestar del individuo.

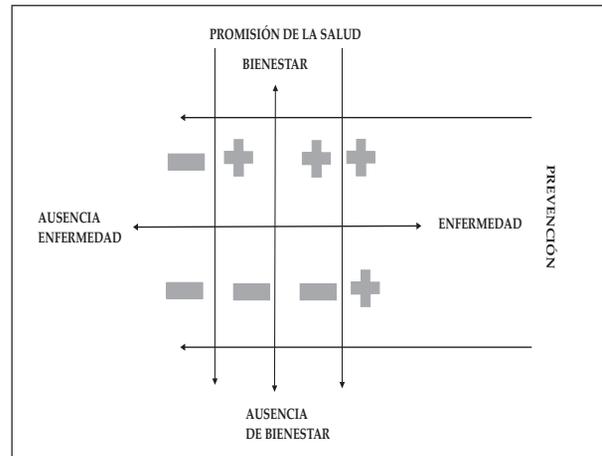


Este planteamiento nos llevaría a considerar cuatro posibles alternativas de interacción entre la enfermedad y el bienestar. La primera, que corresponde al cuadrante superior izquierdo, en donde se ubicarían las personas que presentan un nivel alto de bienestar no tienen ninguna

\* pablo.sanabria@unimilitar.edu.co

enfermedad (-+). El segundo cuadrante, se encuentran aquellas que presenta un nivel alto de bienestar a pesar de padecer importantes problemas de salud (++). Desde la perspectiva positiva de la salud, serían estos dos estados que habría que promover desde el concepto de promoción de la salud: procurar el bienestar de las personas, independientemente de sus problemas de salud, de tal manera que la ausencia de enfermedad no es una condición suficiente ni necesaria para alcanzar el pleno bienestar de las personas. En los dos restantes cuadrantes, podrían ubicarse las personas quienes no tienen bienestar a pesar de carecer de enfermedades (-- ) y aquellas personas que padecen grandes problemas de salud y además carecen de bienestar (-+). Así, hacer prevención de la enfermedad, solo reduciría la posibilidad de desarrollar enfermedades o evitar su cronificación, pero no tendría ningún efecto sobre su bienestar.

De esta manera, las acciones en promoción de la salud, estarían encaminadas a trabajar el eje vertical (promover el bienestar independientemente del estado de salud) y las acciones de prevención a evitar el desarrollo, cronificación o paliación de las enfermedades (evitar el daño independientemente del estado de bienestar). Desde esta perspectiva, la promoción y la prevención serían actividades complementarias que deben ser promovidas de manera simultánea por todos los profesionales de la salud. También aclararía, el papel ambiguo que ciertas actividades tendrían sobre la salud. Por ejemplo, se tendría claro que la promoción de estilos de vida saludable son acciones de prevención y no de promoción ya que no afectaría el bienestar de las personas, si entendemos este concepto tal como lo hace Carol Riff<sup>1</sup>, quien afirma que el bienestar se puede entender como el resultado de una evaluación valorativa por parte del sujeto con respecto a cómo ha vivido. Esto tiene que ver con la posibilidad de hacer una apreciación positiva de sí mismo, la capacidad para manejar de forma efectiva el medio y la propia vida, la posibilidad de crear vínculos personales de calidad, la convicción de que la vida tiene propósito y significado, el sentimiento de que se va creciendo y desarrollando a lo largo de la vida y el sentido de autodeterminación. De



esta manera la promoción del bienestar no serían actividades para prevenir el desarrollo de enfermedades. Ello no quiere decir que no pueda existir alguna relación entre bienestar y enfermedad, pero esta relación nunca será de tipo causal sino correlacional.

Esta propuesta traería importantes implicaciones, sobre todo en lo que tiene que ver con práctica médica y en su formación. Si el médico se dedica exclusivamente a trabajar los problemas biológicos de las personas, estará lejos de realizar una labor integral de la salud, ya que sólo se ocupará de dolencias de sus pacientes, pero nunca podrá influir sobre su bienestar. Esto quiere decir que si desea considerarse un verdadero profesional de la salud y no de la enfermedad, deberá procurar en prepararse también de manera verdaderamente seria en otras áreas del conocimiento como son las ciencias de la conducta humana y las ciencias sociales.

Finalmente, considero que el concepto de *humanización de la medicina* también tiene serias implicaciones, ¿Cuáles? Desde mi punto de vista una medicina deshumanizada es aquella que solo procura el abordaje la enfermedad y no preocupa por promover un mejor estado de bienestar de las personas. En otras palabras, es agregar más años a la vida sin tener la posibilidad de vivir una buena vida.

<sup>1</sup> Ryff, C. (1989). Happiness is Everything, or Is It? Exploration on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.