
BOLETÍN INFORMATIVO / Semana No. 17 – 2024

LA SALUD POR COSTUMBRE

La salud puede ser *contagiosa*. Las personas saludables, las que fomentan la salud con autorresponsabilidad, constancia y placer, pueden ser imitadas. En ello, mucho puede ayudar poner la vista en nuevos horizontes para la epidemiología: la epidemiología de la salud, en contraste a la epidemiología de las enfermedades.

Se requiere de nuevos enfoques y prácticas de la Salud Pública. Es menester un paradigma distinto de la comunicación social en este campo y un rol más activo y transformador de las ciencias del comportamiento. Pero es necesario cambiar el significado negativo que tenemos de la palabra *contagio*, y aprovecharlo para algo positivo. *Contagiar* puede ser un buen acto, si el concepto a *contagiar* incluye valores motivadores y positivos para la sociedad.

La salud es un constructo que requiere de la participación voluntaria y específica del individuo en su reconocimiento, adquisición, mantenimiento, promoción y prospectiva. Pero requiere de un marco determinante, de referencia y normativa social. Y se requiere fomentar ese marco en la perspectiva de la salud.

El comportamiento saludable debe definirse como un comportamiento específico desde la salud. Esto se adquiere y se aprende. La salud como proceso implica identificación, atención, adquisición, práctica, mantenimiento y desarrollo. Se manifiesta a corto, mediano y largo plazo. Debe asumirse y enfrentarse como un proceso y no como un estado absoluto. Su ejercicio requiere de responsabilidad.

Hay que aprender a identificar las variables de las cuales es función el estado saludable, los factores de salud, seguridad y bienestar de manera cotidiana, práctica constante, definición de las áreas como objetivos constantes de vida continuados. Hay que definir, redefinir, los factores de salud por sus cualidades, no por lo que no son o por su contrario.

Se imponen métodos, estrategia y disciplina, estableciéndolos como hábito. El comportamiento de la salud debe enfocarse como proceso en un conjunto de diferentes factores, momentos, contextos y situaciones. Referirse a los comportamientos saludables específicos sobre que sí hacer y no lo contrario. Hay que considerar que un proceso es una secuencia de comportamientos que se van especializando. Hay que considerar y mantener la salud como un estilo de vida, pero

no desde el estigma de los llamados factores de riesgo, que vienen sin piedad a victimizar a las víctimas.

Es útil, conveniente y urgente redefinir el concepto de salud. Han pasado 76 años desde aquella propuesta de la naciente Organización Mundial de la Salud (OMS) con un concepto que, aun siendo muy noble, ha sido utópico, casi quimérico, y cargado de subjetivismo. No nos sirve como objetivo diana para una planificación racional de la salud.

La salud no logra ser un fin en sí misma si no va acompañada del goce pleno y equilibrado de las facultades del ser humano, del disfrute de su bienestar, y de su contribución productiva al progreso social. Es decir, la salud requiere más que una definición biológica.

Por otro lado, el concepto de salud ha de ser dinámico, histórico; debe cambiar de acuerdo con la época y más exactamente con las condiciones de vida de las poblaciones y las ideas de cada época.

Tradicionalmente el concepto de salud ha estado remolcado, traído a lugar, por el concepto de enfermedad, al que se le ha dado, y aun ahora, más importancia. A medida que este ha ido cambiando, lo ha hecho aquel. Se ha ido conformando una nueva visión de la salud, dotándola de una naturaleza propia y con unas determinadas características, sin renunciar por ello a la idea de oposición a la enfermedad.

El concepto de salud no consiste, ni puede consistir, en aquella definición añeja de la OMS, como tampoco cada matiz nuevo logra sustituir al anterior.

Buscar la salud no significa buscar la inmortalidad, como tampoco luchar por la salud equivale a evitar la muerte, pero sí que significa luchar contra cierto tipo de muertes. El hecho de que nuestras expectativas de vida sean cada vez mayores, de que vayamos añadiendo años a la vida, significa que aumenta la probabilidad de adquirir cierto tipo de enfermedades crónicas y degenerativas. Tenemos la posibilidad de retardar su aparición, de controlar su progresión, de postergar su efecto discapacitante que convierte la cronicidad en un calvario; de convivir con ellas y, en suma, de añadir vida a los años que vamos ganando. / (STM).

PRINCIPALES EVENTOS DE LA SEMANA 17

- Lunes 22: Día de la Madre Tierra // Aniversario 205 de la Fundación de Cienfuegos.
- Martes 23: Día Mundial del Libro y de los Derechos de Autor // Día de la Lengua Española y Día de la Lengua Inglesa // Reunión Técnica y de Coordinación Semanal de la Dirección de Epidemiología del MINSAP (11.00 AM).

- Miércoles 24: Día Mundial de Concienciación sobre el Ruido // Día Mundial del Multilateralismo y la Diplomacia para la Paz // Día Mundial de los Animales de Laboratorio // Día Mundial sin Ascensor (Día de las Escaleras).
- Jueves 25: Día Mundial del Paludismo // Día Internacional del Delegado // Día Internacional del ADN // Seminario Virtual “*Diabetes y Enfermedad Renal Crónica: un llamado a la acción*” (11.00 AM, sede de OPS en La Habana) // Videoconferencia con provincias para la gestión de la Estrategia de Prevención y Control de las ENT (4.00 PM, desde el Centro de Dirección del MINSAP).
- Viernes 26: Día Internacional de la Propiedad Intelectual // Día Internacional en Recuerdo del Desastre de Chernóbyl.
- Sábado 27: Día Internacional de las Niñas en las TIC // Día Internacional del Diseño Gráfico.
- Domingo 28: Día Mundial de la Seguridad y Salud en el Trabajo // Carrera Caminata por el Aniversario de la Fundación de Artemisa (AM).

SUGERENCIA DEL DOMINGO (PARA LA SEMANA 17) – LEER PARA CRECER

Este domingo, 21 de abril, desde el Grupo WhatsApp de ENT sugerimos la lectura de un importante material producido por la **OMS en 2023**; se trata de “***Integración de la prevención y el control de las enfermedades no transmisibles en los programas de infección por el VIH/sida, tuberculosis y salud sexual y reproductiva. Guía de Implementación***”. Búsquelo, léalo y compártalo. / (STM).

ATENEO DE LAS ENT “Dr. Ignacio Macías Castro”

El viernes 3 de mayo, a partir de las 2.00 PM, en la sede del Consejo Nacional de Sociedades Científicas de la Salud (Calle 2, No. 358, entre 15 y 17, Vedado, Plaza de la Revolución, La Habana) sesionará el ATENEO de las ENT “Dr. Ignacio Macías Castro”, En esta ocasión se abordará como tema central la **Prevención y Control del Tabaquismo**. ¡Los esperamos!

AQUÍ SE ACEPTAN COLABORACIONES: ¡HAGA LA SUYA!

Coordinador: Dr. Salvador Tamayo Muñoz – MINSAP, La Habana, 22 de abril de 2024.

salvador.tamayo@infomed.sld.cu