



Desatemos una pandemia de salud

No se trata solo de volver a decir que la prevención es importante, sino de establecer una cultura del cuidado de la salud a lo largo de la vida de un ser humano.

Por: Augusto Galán Sarmiento

La frase parece contradictoria porque pandemia es la propagación mundial de una enfermedad, generalmente infecciosa. ¿Entonces, que tiene que ver pandemia con salud? Pues se trata de eso, de dispersar alrededor del mundo una gran epidemia de salud. Dejar de pensar y actuar en el modo padecimiento para cambiarlo por el de bienestar. Los sistemas sanitarios se hallan hoy inmersos en la industria de la enfermedad, y bastante alejados de la creación de salud.

La iniciativa nació en la Universidad de Toronto, donde se realizó, en noviembre del 2014, un congreso sobre el tema con expertos mundiales. A Colombia, el contagio llegó rápido, aunque de manera silenciosa y se ha ido expandiendo poco a poco en diversos escenarios.

Producto de ese contagio, se realizó un foro en la Federación Nacional de Cafeteros, liderado por el ministro Alejandro Gaviria, el presidente de la Federación, Roberto Vélez, y el médico colombo-canadiense Alex Jadad, profesor de la Universidad de Toronto y gran promotor para desatar la pandemia de salud. En este se presentó el libro que lleva este nombre, que ya se encuentra en internet y también en físico; además, se mostraron los avances hechos para llevar el concepto de entorno laboral saludable al interior de la Federación Nacional de Cafeteros, de tal forma que los trabajadores se adueñen de ella y contribuyan a crearla en su entorno. Buen ejemplo, por el cual hay que felicitar a su gerente general y que debería ser replicado en muchos más escenarios laborales. En el hospital, con la bata blanca, el fonoscopio, los resonadores y demás tecnología, se encuentra la enfermedad. El concepto de salud hay que desmedicalizarlo, y con este comentario no se intenta ofender a nadie. Tampoco se trata de eliminar hospitales, ni de acabar con los servicios asistenciales que son necesarios para que las personas recuperen su salud cuando la pierden y para que se eviten las muertes prematuras. El propósito es equilibrar los énfasis y en lugar de vivir en la cultura de la patogénesis, estimular mucho más el conocimiento de la salutogénesis.

Desde cuando se presentó el Informe Lalonde en 1974, sabemos que cerca del 90 por ciento de la salud física, mental y social de una persona depende de sus hábitos de vida, de su herencia genética y del medioambiente en el que se desenvuelve. A pesar de ello, continuamos gastando el 90 por ciento de los recursos que se destinan al sector en la organización de servicios –hospitales, tecnologías, aseguradoras, entre otros– que impactan apenas un poco más del 10 por ciento de la salud de un individuo.



Sala de Prensa

Definitivamente, estamos enfocados en la enfermedad y esa industria nos mantiene en una espiral de gasto que no se detiene y aumenta día a día para todos los sistemas sanitarios a nivel mundial, sin que con ello generemos mayor bienestar para nuestras poblaciones.

De lo que se trata es de dejarnos contagiar por la salud. Cambiar la visión centrada en la enfermedad por una de bienestar. La encontramos en la cotidianidad, en nuestro diario vivir. Desde que nos levantamos en la mañana, hasta que volvemos al reposo en la noche. Incluso, el sueño reparador la incrementa. Debemos hacer las preguntas correctas y desaprender lo que hemos aprendido y enseñado, para educarnos sobre el origen de lo que nos provee salud y bienestar, de tal forma que los protejamos y preservemos el mayor tiempo posible, ojalá hasta el último aliento que tengamos.

Es un cambio profundo el que se debe dar. No se trata simplemente de volver a decir que la prevención es importante y darnos por satisfechos con suspender el cigarrillo, no consumir alcohol en exceso, hablar de unas dietas y realizar ejercicio. Esto hay que hacerlo, pero el tema es de mayor fondo, pues se busca es establecer una cultura del cuidado de la salud a lo largo de toda la vida de un ser humano. No es fácil, ya que existen intereses de diverso origen que se oponen a ese cambio.

Los dos mil bebés diarios que nacen hoy en Colombia vivirán hasta final del siglo, ¿cómo los vamos a formar para que se apropien de ese renovado conocimiento? Bienvenida la pandemia de la salud; ojalá la propaguemos y nos contagiemos todos pronto.