



Salud: mucho más que la ausencia de enfermedad

Un grupo de expertos le pide a la OMS que cambie la definición de salud que mantiene desde hace 70 años. La autopercepción puede ser tan útil como medir la enfermedad.

Setenta años después de formulada, muchos expertos empiezan a plantear la inconveniencia de la definición de salud de la organización mundial del ramo. En 1948, año de su fundación, la OMS promulgó que la salud es “un estado de bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de enfermedades”.

El médico colombiano Alejandro Jadad, reconocido mundialmente como uno de los teóricos más relevantes en temas de educación y salud pública, manifiesta que ese significado es problemático porque “prácticamente nadie puede pretender tener completo bienestar físico, mental y social”.

En opinión de este doctorado de Oxford, solo por tener caries dental, usar gafas o sentirse cansada, preocupada, con hambre o inquieta, una persona deja de considerarse saludable en términos del organismo sanitario mundial.

En otras palabras, la definición de la entidad encargada de dirigir la salud internacional, dentro del sistema de las Naciones Unidas, condena a la mayoría de la gente a no ser saludable. Esto contrasta con los resultados de varios estudios. Para la muestra está la Encuesta Mundial de la Salud, coordinada por la propia OMS entre el 2002 y el 2004, que encontró que el 62 por ciento de la gente de 69 países califica su salud como buena o muy buena.

Sin embargo, esta cifra no tiene ningún significado en los ámbitos administrativos, políticos o sanitarios porque el mundo se acostumbró a hacer estadísticas sobre enfermedades y no a cuantificar el bienestar de la población, como advierte César Burgos, presidente de la Asociación Colombiana de Sociedades Científicas (ACSC).

Paradójicamente, este nivel de ‘salud positiva’ es mucho mayor que la prevalencia de cualquiera de las peores pandemias reportadas hasta la fecha, señala Jadad, jefe del Centre for Global e-Health Innovation, con sede en Canadá.

Por ejemplo, la peste negra fue responsable de 50 millones de muertes (11 por ciento de la población registrada en 1347); la gripa española arrasó con el 3 por ciento de la población de 1910, y la muerte de más del 90 por ciento de los pueblos indígenas de las Américas, es decir, 45 millones, por enfermedades infecciosas correspondió a menos del 10 por ciento de los habitantes que tenía el mundo en el siglo XV. Todos, impactos muy



inferiores al 62 por ciento de personas saludables que encontró la Encuesta Mundial después de entrevistar a 272.000 personas mayores de 18 años.

En su libro 'Desatando una pandemia de salud*', Alejandro Jadad enfatiza en que la única condición que tiene una prevalencia más alta que la 'salud positiva' es la caries dental (presente en todos los adultos). Sin embargo, el investigador lamenta que existan "grandes barreras cognitivas para aceptar la noción de salud como una pandemia, y la gente se resiste a cambiar sus creencias".

No obstante, señala César Burgos, cada vez más médicos coinciden en la urgencia de cambiar la definición de la OMS y de deslizarse por un camino que permita, más temprano que tarde, entender la salud de una manera más amigable.

La salud como habilidad

Como parte de esta búsqueda de un horizonte diferente, un grupo internacional de investigadores llegó en el 2011 (después de tres años de trabajo) a un consenso que definió la salud como "la capacidad de adaptarse y manejar los desafíos físicos, emocionales y sociales que se presentan durante la vida". Deliberadamente, la nueva definición no incluye las palabras 'completa' y 'enfermedad', de tal forma que se puede aplicar no solo a individuos, sino también a comunidades.

De acuerdo con esta unión de 13 profesores, incluidos André Knottnerus, Kate Loring y el propio Jadad, la salud concebida así se refiere a la capacidad del cuerpo "para mantener o restablecer el equilibrio fisiológico en presencia de circunstancias cambiantes". Esa propiedad se llama alostasis y se conoce en biología desde 1988.

La nueva propuesta surge como una respuesta a la intensidad que ha alcanzado la medicalización de la sociedad. "Hoy existe un medicamento para todo, incluso para condiciones normales de la vida. Esto nos convierte en enfermos permanentes que sostienen un mercado", denuncia Burgos.

Según Jadad, la salud y el poder autónomo para enfrentar la adversidad han sido expropiados. En su opinión, el "miedo natural a la muerte" alimenta la tendencia a que casi todo desafío físico, mental o social de la humanidad se piense como una condición que se debe corregir con medios médicos.

Sin embargo, agrega el experto, esta medicalización en pos de la inmortalidad o, al menos, de la postergación del envejecimiento y la decrepitud es "una gran oportunidad para impulsar a la sociedad hacia la búsqueda de la 'salud positiva', sin chocar con el poderoso complejo médico-industrial".



En ese sentido, los 13 teóricos que promueven la alostasis invitan a centrarse en cómo se perciben las experiencias cotidianas; en palabras de Burgos, en los sentimientos, pensamientos y acciones que se generan en los individuos a partir de su interpretación del mundo. “Es comprender cómo percibe cada quien sus condiciones físicas y sociales”, resume.

Por esta razón, anota Jadad, el nuevo concepto de salud funciona en primera persona. Es la gente la que dice “no me siento bien” o “estoy contento”, todo dentro de un espectro subjetivo que escapa al alcance de médicos, administradores y otros agentes del campo sanitario.

Evaluar, no medir

Al mirar la salud de una manera tan subjetiva, la pregunta que surge es cómo medirla. Y los autores de la nueva definición responden: “De la misma manera en que se miden el amor o la belleza, evaluándolas y no cuantificándolas”.

En ese sentido, en ‘Desatando una pandemia de salud’, Jadad y su equipo señalan la contradicción de que la OMS utilice 100 indicadores básicos que “no se centran en la salud” para evaluar precisamente la salud de países enteros.

Para la muestra, se anota en el libro, 25 de esos indicadores tienen que ver con la muerte o la enfermedad y 2, con la fertilidad. Los 73 restantes analizan factores de riesgo, coberturas de servicios, calidad de la atención, acceso a los servicios y hasta asuntos financieros.

De ahí que la propuesta sea evaluar lo que la gente piensa de su propia salud. Mejor dicho, tomar la autopercepción como un elemento básico, a pesar de que nunca se ha utilizado para orientar decisiones políticas, financieras o clínicas, por considerar que es un factor frágil en términos estadísticos.

Una cuestión de utilidad

Jadad y su equipo sugieren preguntarle a la gente: ¿cómo califica su salud hoy: muy buena, buena, regular, mala o muy mala? Se tabulan los resultados y a partir de ellos se hacen dos grupos: uno con los que consideran su salud como muy buena o buena (salud positiva) y el otro con los que dicen que es mala o muy mala (salud negativa). En su opinión, cuestiones como esta permitirían evaluar el estado de salud de una población con fines administrativos, financieros y epidemiológicos.

Si bien estas evaluaciones subjetivas parecen demasiado débiles frente a estadísticas como las tasas de mortalidad, la esperanza de vida o las pruebas de laboratorio, algunos estudios demuestran lo contrario.



Sala de Prensa

Los norteamericanos Kenneth Ferraro, Lindsay R. Wilkinson y Yuhwan Lee comprobaron que las evaluaciones de autopercepción en salud son altamente predictivas de la mortalidad. Y otros análisis confirman que sirven para proyectar la disminución de la función física, la reducción en la asistencia a los servicios de urgencias y los gastos agregados de salud.

Con base en la consideración de la salud como una habilidad y no como un estado, los proponentes del nuevo concepto sugieren que el bienestar puede ser aprendido y desarrollado por cada individuo, mediante la exploración de su propia forma de percibirlo. Una muestra de que esto es posible es una encuesta canadiense hecha a más de 3.000 personas de 65 años. El 77 por ciento de los entrevistados con más de dos enfermedades y más de la mitad de las que padecían tres o más percibieron su salud como buena, muy buena o excelente.

“Ya es hora de darle valor a esto”, sentencia César Burgos, el presidente de la ACSC. Y Jadad insiste en que desatar una pandemia de salud positiva puede parecer un sueño imposible, “pero ha llegado la hora de creer que cada persona puede disfrutar de salud positiva hasta el último suspiro”.

Todo parte de entender que la salud no es solo la ausencia de enfermedad, sino una habilidad que se puede adquirir y conservar. Y esto es posible en personas que, en palabras de Jadad, tienen una especie de “sexto sentido para la supervivencia”, que saben que cuentan con las herramientas y las condiciones para gestionar situaciones de dificultad.

Eso sí, “la investigación para evitar y tratar las enfermedades debe continuar, y la gente debe seguir yendo al médico, pero sin dejar de lado que la humanidad tiene muchas opciones para crear salud y es hora de empezar a buscarlas para beneficio de todos”, concluye el experto colombiano.