



## **PRÁCTICAS SOCIALES EN PROMOCIÓN DE LA SALUD. APROXIMACION TEÓRICA SOBRE HABITUS, MODOS DE SER Y ESTILOS DE VIDA**

**Ligia Sequera Melean.\***

### **RESUMEN**

La Carta de Ottawa de 1.986, muestra un “Portafolio de Promoción de Salud”, conformado por cinco herramientas las cuales generan las siguientes consecuencias: contribuyen a fomentar la práctica de la salud pública basada en la evidencia; propician elementos que favorecen la salud, es decir, la salutogénesis, el bienestar y la longevidad en el marco de la experiencia vivida en espacios sociales contextuales de derechos humanos; incorporan acciones de naturaleza social estratégicamente emergentes y facilitan el desarrollo de prácticas sociales en tanto fortalecen la teoría y la práctica de la gestión compleja en salud pública. El presente trabajo busca indagar sobre la teoría de “prácticas sociales” en promoción de la salud, especialmente lo referente al marco teórico de habitus, modos de ser y estilos de vida. El método hermenéutico utilizado se centra en el análisis del modelo estructuralista-constructivista de Pierre Bourdieu <sup>(1)</sup> y en aportes sobre el tema de Michel Foucault y Anthony Giddens. El resultado del análisis referente a la perspectiva teórico-social contribuye a la investigación en salud, especialmente en promoción de la salud y el mejoramiento de la eficacia de las acciones de la disciplina salud pública.

**Palabras claves:** Promoción de salud, Prácticas sociales, Habitus, Modos de ser, Estilos de vida

---

\*.- (\*)Profesora Titular. Ex. Directora de la Escuela de Salud Pública de la Facultad de Medicina. UCV. [ligiasequeram@gmail.com](mailto:ligiasequeram@gmail.com)

### INTRODUCCIÓN

A partir de la Carta de Ottawa en 1.986, la promoción de la salud tomó nuevos rumbos debido a la orientación en las estrategias establecidas en la misma. En consecuencia, hubo un aumento en los tipos de intervención para configurar un portafolio salutogénico. Esta propuesta generó dos contribuciones fundamentales a la salud pública. Por una parte, le aportó robustez al objeto de estudio de la salud pública en tanto disciplina, y por otra, contribuyó a demarcar la naturaleza de las intervenciones y a poner de relieve su efectividad para la salud poblacional. El contenido del portafolio comprende: políticas públicas, estilos de vida saludable, entornos o ambientes saludables, desarrollo de habilidades personales protectoras de la salud, empoderamiento comunitario y la incorporación de las estrategias promocionales en los servicios de los sistemas de salud. Dicho contenido caracteriza al Portafolio por su integralidad, diversidad, tendencia salutogénica, progresividad y aplicabilidad.

Respecto a la lógica organizativa en las acciones del portafolio, se transita de acciones con elementos para crear salutogénesis y acciones salutogénicas en el mantenimiento de salud en casos de riesgos y daños a la salud, lo cual le imprime el principio de totalidad a las acciones de salud, diversidad de sus marcos teóricos, nuevos procesos y procedimientos que dieron lugar a nuevos desarrollos teórico-prácticos.

Así las cosas, históricamente promocionar de la salud se entiende desde la década de los 40s., como una forma de prevención primaria de acuerdo con Leavell y Clark<sup>(2)</sup>, lo cual muestra una contradicción, que dada la contundencia de la prevención primordial de la Medicina, derrumba toda posibilidad de superarla. Sin embargo, ese hecho genera un efecto positivo, por cuanto relocaliza la complejidad en las intervenciones en epidemiología y salud pública. De manera tal que dichas prácticas en esas disciplinas se desplazan de un nivel básico hacia niveles complicados y complejos.<sup>(3,4)</sup>

Ahora bien, el “*Portafolio*” en tanto favorece la creación de elementos salutogénicos, se enfrenta la necesidad en salud pública de profundizar su conocimiento de “lo social”, por cuanto se han consolidado estrategias eficaces del conocimiento biológico y psicológico, y “lo social” ha quedado postergado. Aunque la concepción biopsicosocial de la salud avanzó en esa línea, hoy luce insuficiente ante la necesidad de fortalecer el campo

científico social en salud pública, debido el interés creciente de cambiar los comportamientos en algunos grupos poblacionales, lo cual ha llevado a considerar la profundización de la cuestión social a fin de buscar opciones para contribuir a la disminución de mortalidad a nivel mundial <sup>(5,6,7,8,9,10)</sup>, especialmente por enfermedades no transmisibles, algunas de las cuales están asociadas a exceso en los consumos de sal, azúcar, grasas, tabaco y alcohol, asunto que demanda cambios perentorios en los estilos de vida de los grupos las poblacionales.

Actualmente, ¿qué entendemos por estilos de vida; o “habitus” según Pierre Bourdieu; o “modos de ser”, como los llama Michel Foucault. <sup>(11)</sup> o formas de estructuración social, a decir de Anthony Giddens <sup>(12)</sup>.

Somos conscientes de la importancia de los estilos de vida en las enfermedades no transmisibles. Sin embargo, hemos dedicado poca atención a las prácticas sociales, es decir, a las formas de producción y se reproducción social de los estilos de vida, asunto tratado desde la década de los 60s. Este aspecto puede arrojar luces en las visiones en el abordaje de los problemas de salud desde perspectivas sociales. Luce relevante la coincidencia entre los autores que estudiaremos por cuanto dan valor a la “subjetivación”, en tanto conforma la esencia de transformación del individuo, y que a decir de Alan Touraine <sup>(13)</sup> quien en un apretada síntesis escribe: *“la subjetivación es la penetración del sujeto en el individuo y por consiguiente la transformación-parcial-del individuo en sujeto”*. Para el autor, el retorno del sujeto es el retorno a la modernidad, es coherente cuando propone cerrar el camino a la antimodernidad, porque a su decir, puede conducir a respuestas falsas...y afirma que una comunidad encerrada en su tradición, en sus formas de organización social o de su creencia religiosa, tiende a la dominación(...) menciona que casi todas las sociedades están penetradas por formas nuevas de producción, consumo y comunicación (...) según el autor, estamos en el barco de la modernidad, la cuestión es situarse en la articulación del pasado y futuro, ubicar los contextos que instalen la inserción profesional y social, así como la herencia cultural entre diferentes trayectos históricos para lograr avanzar.

De vuelta al tema que nos ocupa, la Organización Mundial de la Salud, señala: *“los estilos de vida son una forma de vida que se basan en patrones de comportamiento identificables, determinados por la interacción entre las características personales*

*individuales, interacciones sociales y condiciones de vida socioeconómicas y ambientales”*

<sup>(14)</sup> Es evidente la postura de las instituciones globales de salud, las cuales muestran con claridad los conceptos, aunque falta construir las metodologías y los instrumentos para enfrentar el empirismo y crear la posibilidad de generar evidencias.

### **HABITUS, MODOS DE SER Y ESTILOS DE VIDA. REFERENCIA AL MODELO ESTRUCTURALISMO-CONSTRUCTIVISTA**

A los fines de exponer inicialmente el precitado modelo y los conceptos subyacentes, conviene mencionar algunos antecedentes al modelo el estructuralismo-constructivista de Bourdieu, y luego, el proceso interiorización-exteriorización social, a decir del autor, asunto correspondiente a las prácticas sociales analizadas en las dicotomías o dualidades, que en el caso que nos atañe son: objetivación – subjetivación., individuo-sociedad; individual-colectivo. Ahora bien, conviene introducir una digresión para ilustrar lo relativo a las prácticas sociales en la lógica estructural de los sistemas sería la estructuración, así: *Entrada:* Campo sociales -*Proceso:* Prácticas sociales - *Productos:* Habitus/modos de ser/estilos de vida.

Como se mencionó respecto a la evolución de prácticas sociales, conviene señalar la preocupación de los filósofos desde la antigüedad, por los estilos de vida. Inicialmente, trataron el asunto desde las perspectivas ética y moral, que a decir de Martín Criado, <sup>(15)</sup> hexi fue el término creado por Aristóteles (384 a C.) para explicar los conceptos de “potencia y acto”. Es decir, explicar la transformación de una potencialidad inscrita genéricamente de un individuo, para convertirse en una capacidad concreta de realizar en acto. El concepto fue analizado por los filósofos, Boecio (480-525 a C.) y por Aquino (1224-1274), quienes lo tradujeron el término “hexis”, a “habitus”, <sup>(16)</sup> que se mantuvo por unos 50 años, y posteriormente fue tratado por algunos autores de la corriente fenomenológica, entre ellos, Husserl (1859-1938) y Merleau-Ponty (1908-1961)<sup>(17)</sup> quienes realizaron una teorización en términos de percepción y acción individual, particularmente referido al análisis de esos eventos. Luego es retomado, por un lado, Bourdieu, y por el otro lado, por Durkheim (1858-1917), Mauss (1872-1950) y Weber (1864-1920), quienes lo utilizaron. Después, Mannheim <sup>(18)</sup> lo aplica como estratificación de la experiencia. Es Pierre Bourdieu (1930-2002) que le presta

mayor atención, inicia sus trabajos en los 60s. donde realiza la formulación sistemática de la sociológica y a partir de los 70s. lo aplica empíricamente casi hasta finales de su vida.

Recapitulo sobre las definiciones, la primera expresada por OPS sobre los estilos de vida. Y la segunda, ahora sobre “habitus” esgrimida por Bourdieu <sup>(19)</sup>:

*“habitus es ese principio generador y unificador que retraduce las características intrínsecas y relacionales de una posición en un estilo de vida unitario, es decir un conjunto unitario de elección de personas, de bienes y de prácticas. Como las posiciones de las que son producto, los habitus se diferencian; pero asimismo son diferenciadores. Distintos y distinguidos, también llevan a cabo distinciones: ponen en marcha principios de diferenciación diferentes o utilizan de forma diferente los principios de diferenciación comunes”.*

La temática formó parte de los acontecimientos de la década de 60s., con repercusión histórica, política, social y cultural a nivel global y regional. Específicamente, dio lugar a discusiones sobre la ciencia en los centros de producción y reproducción de conocimientos. De esas disquisiciones, interesan las dicotomías, asunto que devino en teorías sobre las prácticas sociales, el resurgimiento del sujeto, así como otros conceptos generadores de tensión en el campo social. En el caso de nuevas propuestas, emerge el modelo estructural- constructivista de Pierre Bourdieu <sup>(20)</sup> tema poco tratado en la literatura Latinoamericana.

Sobre el autor del modelo, compartimos la apreciación de Alicia Gutiérrez <sup>(21)</sup>, mostrado en la introducción de su libro, “Las prácticas Sociales: Una Introducción a Pierre Bourdieu”. A su decir, *“la perspectiva analítica de Pierre Bourdieu se puede caracterizar brevemente por la riqueza y por la solidez de una manera de pensar la realidad social y de actuar sobre ella, donde pueden distinguirse, al menos, dos dimensiones: la construcción de conceptos y la elaboración de una lógica original de funcionamiento que permiten explicar y comprender los fenómenos sociales, junto al llamado, desde una postura ética y política de compromiso social, de asumir, como investigadores, la obligación de develar los mecanismos de dominación y de hacerlos conocer”*

Ahora bien, ¿qué son las prácticas sociales?

El concepto de práctica social se le atribuye a Bourdieu. Sin embargo, acertadamente se señala a las teorías de Giddens y Bourdieu, como precursoras porque su

autor, <sup>(22)</sup> “son quienes utilizan el concepto de práctica para dar cuenta de la actividad como un aspecto constitutivo del mundo social y como estrategia de solución a la tensión entre estructura y agencia. En el caso de Bourdieu, la práctica se desarrolla en directa relación con el concepto de habitus y busca dar cuenta de la relación entre los determinantes estructurales (la estructura de capitales) y las actividades y cuerpos de los actores que movilizan las disposiciones del habitus en la vida cotidiana. Por su parte, en la Teoría de la Estructuración, Giddens define las prácticas sociales y su dimensión recursiva como un aspecto constitutivo de la vida social sobre la cual se generan y operan las estructuras sociales”.

Con respecto a las prácticas sociales, cuya construcción a partir de la dicotomía individuo – sociedad, es entendida como una relación construida en dos modos de existencia de lo social, un modo corresponde a las estructuras sociales externas, lo social hecho cosas, formado por condiciones objetivas, las cuales están referidas a campos de posiciones sociales históricamente constituidos, según Bourdieu <sup>(23)</sup>. El otro modo, se refiere a estructuras sociales internalizadas, lo social hecho cuerpo, incorporado al actor social, asunto que corresponde al “habitus” por cuanto son sistemas de disposiciones incorporados por los actores a largo de su experiencia cotidiana. Por otra parte, según la semiología social, las relaciones sociales en las prácticas se configuran en la dicotomía objetivismo-subjetivismo. En consecuencia, existen dos modos de pensamiento. Así las cosas, el primer modo de pensamiento es el objetivista, caracterizado por las relaciones objetivas que condicionan las prácticas, sin embargo, no procuran el sentido vivido y tampoco resuelve la contradicción, objetivo - subjetivo. Con respecto al segundo pensamiento, el subjetivista, provee el sentido vivido de las prácticas, así como las percepciones y representaciones de los actores, y en tanto ese pensamiento no considera las condiciones que sirven de basamento de dichas experiencias, configura una falsa dicotomía <sup>(24)</sup>.

Ahora bien, objetivación-subjetivación, son realidades recursivas por tanto ordenan y reordenan las representaciones sociales en la medida que se establecen nuevas relaciones. Es decir, dichas representaciones se crean, se ordenan y se siguen reordenando, forman un entramado recursivo de internalización –externalización en las dicotomías individuo-sociedad o individuo-colectivo, de manera que no es posible demarcar en esa dualidad que

es “lo individual” de que es “lo colectivo”, asunto entendido como contradicción superada en la construcción del sujeto, de tal forma que somos parte y totalidad al mismo tiempo.

En consecuencia se resume, el “sujeto”, dotado de sentido práctico participa en la dinámica de interiorizan (objetivación) - exteriorización (subjetivación) mediante relaciones sociales permanentes, sistemáticas no conscientes, como lo destaca Bourdieu <sup>(25)</sup>. De esta manera, p.e. la objetivación se construye y reconstruye en las estructuras como la familia, la escuela, amigos y otros. La subjetivación se exterioriza como valores, creencias, conocimientos, preferencias de distintas formas como consumos, gustos, afectos, comportamientos, formas de vestir, formas de relacionarse con otros, que Bourdieu llama “habitus/estilos de vida” o modos de ser, según Foucault. Recursivamente la vida social continúa y estas manifestaciones creadas se recrean en otras estructuras sociales y así sucesivamente.

Por otra parte, se evidencia la analogía entre los conceptos “prácticas sociales (objetivación-subjetivación)” en Bourdieu con los conceptos “acto y potencia” en Aristóteles, como se indica a continuación. La “objetivación y potencia” son “disposiciones” para la acción. Y los conceptos “subjetivación y acto” son actos, acciones, actuaciones del sujeto.

Recapitulo sobre habitus o estilo de vida, construido en el contexto histórico de la cotidianidad, a la vez, se reconstruye en la recursividad de la dualidad: objetivación-subjetivación-objetivación (...) De manera que en esa anterior situación conviene desentrañar cuales habitus o estilos de vida son permanentes y temporales e indagar las complejidades de la deconstrucción “estilos de vida no salutogénicos” y la reconstrucción de los habitus o estilos saludables.

Con respecto a la subjetivación en el constructivismo, entendida como una realidad social de construcciones recursivas y no como una realidad dada, en consecuencia es una realidad que se puede cambiar; aspecto esencial para el cambio deseado. ¿Cómo hacerlo? Este es el punto crítico, es el problema a investigar para abordar los cambios en los estilos de vida. El diagnóstico epidemiológico tiene su metodología, inicialmente conviene complementarse con hermenéutica social.

En este trayecto reviste suprema importancia hacer referencia a la crisis de la salud pública a inicios de la década de los 90s., asunto que fue ampliamente tratado por las

entidades de salud a nivel global, regional y nacional. Dicha crisis fue enfrentada por dichas organizaciones con gran fortaleza y sistematización. Los resultados de debates de expertos fueron recogidos en la publicación científica N° 540 de la Oficina Panamericana de la Salud. En dicho documento, viene al caso mencionar por el tema que aporta, Mario Testa <sup>(26)</sup>, y además su planteamiento sobre el redimensionamiento teórico de la salud pública. El planteamiento del autor, escrito en un número no mayor de 25 páginas contextualiza la naturaleza de la crisis de esa época, ubica el marco histórico el desarrollo de la salud pública, revisa los eventos concernientes a las determinaciones y finalmente hace la propuesta de establecer las políticas de salud como prácticas sociales, con una fuerte argumentación sobre democracia y participación. A decir de Testa, *“No se pueden entender y menos realizar, las acciones para modificar la situación de salud sin pensar en esa situación como una cuestión de poder”*... Asimismo considera pertinente emprender una política democratizadora que distribuya el poder contenido en las organizaciones: públicas, de la sociedad civil y de la población en general, por cuanto la participación es la conquista para constituirse en actor del Estado. De manera, que a decir de Testa, esos aspectos no pueden estar al margen del proceso histórico desarrollado en dos niveles de manera simultánea. Por una parte, a nivel de la conciencia de los individuos constituyéndolos en “sujetos”. Por la otra parte, a nivel de la conciencia social, transformándola en instrumento de cambio democrático y participación social. Así, el autor concluye *“este proceso histórico se estructura discursivamente como una lógica de la acción o, en otros términos como una teoría que sustenta una práctica”* (...). Esta síntesis expresa el nivel de cognición para la aplicación de las prácticas sociales en la teoría y práctica de la salud pública, desde el análisis de la dualidad objetivación-subjetivación como plantea Bourdieu, Giddens y otros teóricos. Este aporte por lo demás novedoso y actual, aún está pendiente por analizar o desarrollar en salud.

Por su parte, la Oficina Panamericana de la Salud (OPS) <sup>(27)</sup> en la década de los 90s., estableció algunos lineamientos sobre las prácticas sociales y salud pública, entre sus conceptos, menciona: *“Dada la naturaleza de la salud, las prácticas sociales que le afectan son múltiples y abarcan el amplio campo de sus factores condicionantes y determinantes y de su atención específica; no son, por tanto, únicamente las prácticas específicas de salud las que interesa identificar. Por otro lado, no cabe en el ámbito y espacio una*

*investigación exhaustiva de todas las prácticas sociales de interés para la salud y, por ello, nos limitamos a establecer una agrupación de las prácticas sociales pertinentes para la salud en campos de acción amplios, definidos en función de los grandes fines generales que expresen los esfuerzos de la sociedad dirigidos a mejorar la salud de las poblaciones”.* (...) Así, en el campo de la salud, la OPS/OMS propone cuatro grupos de prácticas sociales de acuerdo con sus finalidades principales:

- Desarrollo y fortalecimiento de una cultura de la vida y de la salud.
- Atención a las necesidades y demandas de salud.
- Desarrollo de entornos saludables y control de riesgos y daños a la salud colectiva.
- Desarrollo de la ciudadanía y de la capacidad de participación y control social”. (...)

La OPS en el relato anterior propone un listado corto de prácticas sociales genéricas, lo cual deja abierta la posibilidad de trabajar en distintas áreas. En ese sentido, actualmente los enfoques en las prácticas sociales han desarrollado basamentos teóricos emergentes y nuevas perspectivas metodológicas que permiten incursionar en otros campos de las mismas. Ahora bien, nuestro interés en la teoría social de Bourdieu, se debe a que ofrece un marco teórico sólido para avanzar en la investigación de necesidades y problemas de salud pública, especialmente relacionados con los estilos de vida de la población.

### LOS HABITUS Y EL CAMPO EN BOURDIEU

A decir de Bourdieu <sup>(28)</sup>, el habitus es *“ese principio generador y unificador que retraduce las características intrínsecas y relacionales de una posición en un estilo de vida unitario, es decir un conjunto unitario de elección de personas”* y agrega, *“Como las posiciones de las que son producto, los habitus se diferencian; pero asimismo son diferenciadores... Distintos y distinguidos, también llevan a cabo distinciones: ponen en marcha principios de diferenciación diferentes o utilizan de forma diferente los principios de diferenciación comunes... Los habitus son principios generadores de prácticas distintas y distintivas”*

Según el modelo estructural constructivista del autor, el habitus está asociado a un campo. ¿Qué es un campo para Bourdieu? El autor define los campos <sup>(29)</sup> como una cuestión relacional de los que dice: *“son relacionalmente espacios sociales estructurados de posiciones sujetas a ciertas propiedades independientes de las características de los*

*actores que las ocupan en las prácticas sociales*”. Las mismas se construyen a partir de relaciones entre las estructuras objetivas como la familia, la escuela que son internalizadas que en nuevas relaciones sociales las construcciones subjetivas que son expresadas como creencias, conocimientos, valores, preferencias y otros aspectos, es decir, externalizadas o subjetivadas. Las relaciones sociales de los sujetos que sean sistemáticas y permanentes interesa conocerlas por cuanto continuarán la producción y reproducción del habitus.

Por ejemplo, un análisis en el campo de la salud, en el habitus de la salud oral, las estadísticas reportan alto porcentaje de caries dental en la población infantil. Una de las explicaciones de naturaleza social es dada en las prácticas sociales. Así p.e., las estructuras como la familia y la escuela no establecieron relaciones permanentes y sistemáticas de estilos de vida saludables de salud oral del niño, cuyo efecto se manifiesta en la “subjetivación o externalización” evidenciada en poco cuidado de salud bucal, generalmente poco o no saludable. ¿Cuándo y a que grupo poblacional empoderar o intervenir? a nivel de familias o futuras familias y en las escuelas especialmente dirigidas a los docentes y estudiantes.

Ahora bien, por otra parte, Bourdieu articula campos y habitus’<sup>(30)</sup>, generalmente asocia el campo a un interés económico, señala cuatro tipos de capital: económico, simbólico, cultural y social. De manera que el tipo de análisis está relacionado con el capital social. Sin embargo, este enfoque da cabida al análisis de costo social, costo-eficacia, costo-beneficio. Igualmente, destaca que a cada campo le corresponden habitus diferentes, en el entendido que el campo es aplicable a los campos mencionados y a otros, como el científico, académico, político.

A decir del autor, el campo es una construcción analítica mediante la designación de un conjunto específico y sistemático de relaciones sociales; es decir, se trata de una especie de sistema, definible sólo históricamente, permite trasladar al análisis social la dinámica de relaciones en la práctica. Él dice: *“Pensar en términos de campo es pensar relacionamente. El modo relacional de pensar, es el sello de la ciencia moderna (...) Podría darle un giro a la fórmula de Hegel y decir que lo real es lo relacional: lo que existe en el mundo social son las relaciones... un campo puede ser definido como una red o una configuración de relaciones objetivas entre posiciones... Estas posiciones están objetivamente definidas, en su existencia y en las determinaciones que imponen sobre sus*

*ocupantes, agentes o instituciones, por su situación presente y potencial en la estructura de distribución de especies del poder (o capital) cuya posesión ordena el acceso a ventajas específicas que están en juego en el campo, así como por su relación objetiva con otras posiciones (dominación, subordinación, homología, etcétera* <sup>(31)</sup>)”

Así las cosas, cabe admitir la comparación del campo como un juego, con la diferencia que el campo no es un acto deliberado, por cuanto sigue reglas no explícitas ni codificadas. En vista de tratarse de un espacio de fuerzas potenciales y activas, se convierte en campo de fuerzas que tienden a preservar o transformar las mismas. Adicionalmente, el campo como estructura de relaciones objetivas entre posiciones de fuerzas subyacentes, con actores en dichas posiciones que buscan individual o colectivamente salvaguardar o mejorar su posición, e imponer los principios de jerarquización favorables a sus propios productos o intereses. Este aspecto se evidencia en el campo de la salud, especialmente en habitus de consumo, donde existen jugadores muy poderosos, v.g. las industrias: farmacéuticas, alimentos transgénicos, comidas rápidas, tabacaleras y licorerías por mencionar algunas, quienes han logrado instalar algunos habitus de consumos con estrategias de mercadeo, agresivas y muy atractivas, cuestión que se ha convertido en un desafío para modificar dichos habitus o estilos de consumo, especialmente en algunos grupos poblacionales.

Con respecto a los habitus o estilos de vida, otros autores han realizado aportes a los estilos de vida, entre ellos, Foucault comentado a continuación.

### **LOS “MODOS DE SER” Y EL “CUIDADO DE SI” EN MICHEL FOUCAULT**

El autor centra el pensamiento entre subjetividad y verdad. Parte de indagar ¿porque el sujeto se entraba en los juegos de verdad?, se plantea si es que tienen la forma de una ciencia o se refieren a un modelo científico, o se pueden encontrar en instituciones o en prácticas de control. Le interesan las relaciones de poder por el alcance que poseen en las relaciones humanas, las cuales se ejercen entre los individuos, en la familia, en la escuela y otros espacios sociales, es una cuestión que igualmente ocurre con las prácticas de libertad. A su decir <sup>(32)</sup>, “*La libertad es la condición ontológica de la ética. Para la ética es la forma reflexiva que adopta la libertad*”, agrega “*La libertad es la condición ontológica de la ética. Para la ética es la forma reflexiva que adopta la libertad*”

Foucault<sup>(33)</sup>, desde la perspectiva ética llama “modos de ser” así, *“son modos según los cuales el sujeto ha podido ser insertado como objeto en los juegos de verdad, una actitud y una serie de prácticas que comportan un estilo y un modo de cuestionar filosófico que implican la crítica permanente de nuestro ser histórico, una creación permanente de nosotros mismos y una atención a los discursos como acontecimientos históricos, es una ontología crítica de nosotros mismos, de una ontología histórica de nosotros mismos para ser libres y capaces, no sólo de constituirnos como sujetos de nuestro saber, o de ejercer o padecer relaciones de poder, sino de habernos constituido en sujetos morales de nuestras acciones. Ese ethos, implica vivir una vida filosófica en la que la crítica de lo que somos es a la vez un análisis histórico de los límites que se nos han establecido y un examen de su franqueamiento posible” (...)*

Foucault analiza la evolución de la hermenéutica “de sí” dentro de dos contextos, por una parte, la filosofía grecorromana y por la otra, la tradición cristiana. A su decir, las prácticas adoptaron la forma del precepto “ocuparse de sí”, “tener cuidado de sí”, es decir, preocuparse y cuidarse a sí mismo. Esto llevó a Foucault a establecer cuatro técnicas de si, que son las siguientes (...),

- Técnicas de producción, las cuales contribuyen a producir, transformar y manipular objetos;
- Técnicas de sistemas de signos, que permiten la utilización de signos, de sentidos, de símbolos o de la significación;
- Técnicas de poder, determinan la conducta de los individuos, someten a ciertos fines o dominación y objetivan al sujeto;
- Técnicas de si, permiten a los individuos efectuar, solos o con la ayuda de otros, algunas operaciones sobre su cuerpo y su alma, sus pensamientos, sus conductas y su modo de ser, así como transformarse a fin de alcanzar cierto estado de felicidad, de fuerza, de sabiduría, de perfección o de inmortalidad”

De esas técnicas interesa al sunto que nos ocupa de manera preferente, la última del listado, las “técnicas de si” por cuanto encierra lo relativo a habitus o estilos de vida, aplicado así mismo, en la salutogénesis.

Ahora bien, ¿cuál es la definición de las técnicas de si? A decir de J. Julián Martínez<sup>(34)</sup>, las técnicas de si son *“estilos, creencias y formas de actuar. Son modelos de vida.*

*Respuestas- felices o desacertadas- a la pregunta socrática por la vida que hemos de vivir. Maneras de crearnos y de crear a través de las posibilidades que ofrece nuestra libertad. Una libertad que está referida a la capacidad de conducirnos; (ser libre significa no ser esclavo de sí mismo y de sus apetitos) lo que implica que se establece consigo mismo una relación de dominio, de señorío, que se llama arché.”* Así mismo, este último término se aplica a nuestras acciones libres, no son aplicables a situaciones del azar o necesidad. El autor señala que en Foucault las técnicas de si, no están necesariamente vinculadas a la virtud en el sentido griego, aunque ciertamente recogen la idea de un ethos (carácter) emparentado a un ethos (hábito, costumbre) donde el carácter procede de la costumbre.

Empíricamente, Foucault construyó algunas premisas basadas en la experiencia, así. cada una de las técnicas está asociada a una caracterización, es decir, a una forma definida de dominación, implica modos concretos de educación y de transformación de los individuos, se trata de adquirir determinadas aptitudes e igualmente de adquirir ciertas actitudes. Respecto a la técnica de producción, exige modificación de la conducta individual, aptitudes y actitudes, sistemas de signos. En algunas se aplican generalmente al estudio de las ciencias y de la lingüística. De manera que el “cuidado de si” hace uso de prácticas conscientes e inconscientes, las cuales generan nuevas prácticas y conocimientos que son forjadas en espacios sociales de otredad, es decir, somos una construcción de nosotros mismos y de otros. El autor menciona que el individuo se forma en dos niveles <sup>(35)</sup>. El primer nivel es individual, le da prioridad a la libertad como deliberación reflexiva, se compromete a constituirse a “sí mismo” como agente moral, asume una vida de reflexión y prácticas donde se autocritica y analiza históricamente los límites que se ha establecido a “sí mismo” con la mayor franqueza posible. El segundo nivel, se trata de ver la libertad como un estilo de vida, en cual se relaciona con otros. Emulando a Martínez <sup>(36)</sup>, es como el caminar de un niño, después que aprende, no tiene que pensar los pasos, los realiza con libertad.

Como conclusión en Foucault extraemos, la voluntad es la esencia del habitus en las “técnicas de si”. La primera confrontación de la voluntad de cambio es consigo mismo. Sobre la operacionalización e instrumentación de metodologías y tecnologías para esas prácticas sociales habrá que profundizar con el empirismo.

### LAS PRÁCTICAS SOCIALES EN ANTHONY GIDDENS

Finalmente, otro enfoque sobre prácticas sociales corresponde aludir a Giddens y su teoría sobre la estructuración. El autor aporta una sistematización teórica coherente sobre las prácticas sociales desde la teoría de la estructuración. Igual que los autores citados anteriormente, la búsqueda parte de la superación de las dualidades o dicotomías en la producción, reproducción y la transformación de la vida social. Su amplio repertorio de libros refleja profundidad y extensión de su trabajo en esta materia.

Respecto a la teoría de la estructuración en Giddens la cual se centra en las perspectivas de las prácticas, donde parte de la premisa según la cual, *“la interacción social y las prácticas sociales son realizadas por agentes humanos que son capaces de conocer que se desempeñan diestramente, valiéndose de conocimientos y herramientas o recursos a su disposición que son empleados regularmente en la rutina diaria y en el trato con otros”...* *“se trata de recursos que los sujetos han acumulado a lo largo de sus vidas, tanto a través de los medios formales como la educación o como los medios informales que pueden ser los familiares y las relaciones de amistad<sup>(37)</sup>”* (...) Este relato informa en una síntesis apretada como operan las prácticas sociales es decir, cual es el proceso de producción y reproducción social.

Giddens sostiene que la estructura es en tanto andamiaje que posibilita el funcionalismo social como *“un conjunto de propiedades articuladoras o estructurales que hacen posibles que las prácticas sociales existan en segmentos de espacio y tiempo y adquieran una forma sistémica<sup>(38)</sup>”* De manera que la objetivación de las relaciones sociales son mediatizadas tanto por recursos materiales externos como internos, donde el espacio y el tiempo determina la manera como las prácticas cotidianas son delimitadas por las estructuras de los sistemas sociales. Citando a Giddens, el autor<sup>(39)</sup> señala, *“Todos los sistemas sociales, por formidables o extensos que sean, se expresan y están expresados en las rutinas de la vida social cotidiana, mediando las propiedades físicas y sensoriales del cuerpo humano”*. El aporte de Giddens sobre espacio y tiempo informa que las prácticas sociales relacionadas con los estilos de vida son temporales y permanentes si los espacios sociales donde se internalizan son sistemáticos y en las estructuras sociales primarias.

En consecuencia, los hábitos, estilos de vida y los modos de ser, son prácticas sociales, en tanto construcciones en la dicotomía la objetivación – subjetivación, inmanentes a las relaciones de los sistemas sociales. Así las cosas, las prácticas sociales serán la respuesta al abordaje de los estilos de vida que afectan la salud.

### REFERENCIAS

1. Bourdieu, P. Sociología y Cultura. Editorial Grijalbo, S.A. México. 1990
2. Leavell y Clark. Cp. Jenkins, C. David En: Mejoremos la salud a todas las edades. Publicación científica. OPS.
3. Renaud, C. En Complejidad, acción y desarrollo. Una propuesta para abordar la gestión compleja Centro de Estudios del Desarrollo (CENDES). 2017.
4. Stacey, Ralph (2003): Strategic management and organizational dynamics: the challenge of complexity. 3rd ed. Harlow: Prentice Hall En: Una propuesta para abordar la gestión compleja
5. Organización Panamericana de la Salud (OPS)/Organización Mundial de la Salud de la Salud (OMS). Evaluación de la promoción de la salud: principios y perspectivas. Metodologías para la promoción de la salud. Washington, D.C. 2007.
6. Murphy, Elaine M. La promoción de comportamientos saludables. Boletín de salud no. 2 Washington, DC: Población Reference Bureau, 2005.
7. OMS. Salud mental. Promoción de la salud mental. Informe compendiado. 2004.
8. \_\_\_\_\_. Por tu salud muévete. Informe sobre enfermedades no transmisibles. 2004.
9. OMS/OPS. Reducción del consumo de sal. Washington. 2008
10. OPS. Políticas públicas para la salud pública. Washington. 2008.
11. Foucault, Michel. Estética, ética y hermenéutica Obras esenciales, Volumen II. Paidós.1999.
12. Giddens, Anthony. Citado por Gutiérrez A. En Las prácticas sociales: Una introducción a Pierre Bourdieu.
13. Touraine, Alan. Crítica de la modernidad. Fondo de Cultura Económica. 1994. Pág. 200-230
14. OMS. Glosario de Promoción de la Salud. Washington.1986
15. Martín Criado. Enrique. Diccionario de Ciencias Sociales. Universidad de Sevilla. España
16. Reyes, Román. Diccionario crítico de Ciencias Sociales. Separata S/F
17. Martín C. Enrique. Op. Cit. Diccionario

18. \_\_\_\_\_ Op. Cit. Diccionario
19. Bourdieu, Pierre. Razones prácticas. Sobre la teoría de la acción. Traducido por Thomas Kauf. Editorial Anagrama, Barcelona, 1997. (Título original: Raisons pratiques. Sur la théorie de l'action Éditions du Seuil, París, 1994) Edit. Anagrama 1997
20. \_\_\_\_\_ La distinción. Crítica social del gusto. Taurus. Madrid
21. Gutiérrez Alicia. Las prácticas sociales: Una introducción a Pierre Bourdieu.
22. Ariza, Tomas La teoría de las prácticas sociales: particularidades, posibilidades y límites. 2.017 Cinta moebio 59: 221-234
23. Bourdieu, Pierre. Razones prácticas. Op. Cit. Pág. 19-22
24. Gutiérrez Alicia. Las prácticas sociales. Op. Cit. Pág. 17-26
25. Bourdieu, Pierre Op. Cit. Sociología y Cultura. 1990
26. Testa, Mario. Salud Pública: Acerca de su sentido y significado. En La crisis de la salud pública. Reflexiones para el debate. Publicación científica N° 540. OPS. Washington D.C. 1992. Pág. 221.
27. OPS/OMS. Prácticas sociales y salud pública. En Iniciativa para las América. Washington. 1998
28. Bourdieu, Pierre. Razones prácticas. Op. Cit. Pág. 19-20
29. Gutiérrez Alicia Las prácticas sociales. Op. Cit. Pág. 31-32
30. Bourdieu, Pierre. Poder, derecho y clases sociales. Edit. Desclée de Brouwer, S.A., 2000
31. Bourdieu, P. y Wacquant, L. Una invitación a la sociología reflexiva. 1a ed. - Buenos Aires: Siglo XXI Editores Argentina, 2005. Título original: An Invitation to Reflexive Sociology. La primera edición de esta obra fue originariamente publicada en inglés en 1992 por The University of Chicago Press. Págs. 147-155
32. Foucault, Michel. Estética, ética y hermenéutica Op. Cit. Pág.7
33. \_\_\_\_\_. Op. Cit. Estética, ética y hermenéutica. Paidós. Pág.396
34. Martínez, J. Julián. Prácticas de la libertad y formas de ser. Revista apuntes filosóficos. No 23-2003. Págs. 109 -113

35. \_\_\_\_\_. Op. Cit. Prácticas de la libertad y formas de ser
36. \_\_\_\_\_ Op. Cit.
37. Andrade C., Alfredo. La fundamentación de núcleo conceptual de la teoría de la estructuración de Anthony Giddens. Rev. Sociológica Año 14 No 40. Perspectivas contemporáneas en la teoría social. Mayo- agosto. 1.999. Pág. 136
38. Jaramillo M., Jefferson. Bourdieu y Giddens. La superación de los dualismos y la ontología relacional de las prácticas sociales. CS No. 7, 409 - 428, enero – junio 2011.Cali. Colombia
39. Dos Santos G., Ronaldo F. La Teoría Social de Anthony Giddens. Una lectura de La Constitución de la Sociedad. Rev. Herramientas. Argentina. No 14. 201