



EL ENFOQUE SALUTOGÉNICO PARA DESARROLLAR ACCIONES EN TORNO A LA PROMOCIÓN DE LA SALUD.

José G. Ibarra O *

RESUMEN

La promoción de la salud y la salutogénesis tienen sus orígenes en los años 70, la primera en Canadá, cuando Lalonde presentó, en el año 1974, un documento titulado “una nueva perspectiva sobre la salud de los canadienses”, definida como una estrategia que permite a los pueblos involucrarse con mayor responsabilidad en los procesos que afecten la salud mental y física de la población; mientras que la salutogénesis fue un concepto introducido por Antonovsky a finales de la década de los 70, basado en la búsqueda de respuesta a su inquietud de aquello que crea salud, desde el origen de la salud y no desde las causas de la enfermedad. El enfoque salutogénico está centrado en dos conceptos claves, el sentido de coherencia y los recursos generales de resistencia. El objetivo de este trabajo es presentar elementos que permitan desde el enfoque salutogénico desarrollar acciones en torno de la promoción de la salud.

Palabras claves: Salutogénesis, Salud Pública, promoción de la salud - Activos para la salud, Políticas Públicas

*. Licenciado en Trabajo Social, MSc, Profesor de la Escuela de Trabajo Social, Facultad de Ciencias Económicas y Sociales, Universidad Central de Venezuela. Candidato al Doctorado en Salud Pública. ORCID: 0000-0002-3896-5903. Correo: orellanes@gmail.com

INTRODUCCIÓN.

La salutogénesis es el enfoque positivo de la salud, que permite al individuo identificar los recursos generales de resistencia con los que cuenta, desde los ámbitos interno y externo, para generar entornos saludables, a través de la capacidad para utilizar esos recursos. Desde la promoción de la salud es permitirle a la persona el control sobre los determinantes de la salud; se evidencia el empoderamiento que tiene la persona para decidirse por acciones saludables que favorezcan la salud.

Otro punto de encuentro que permite desarrollar acciones salutogénicas en torno a la promoción para la salud son sus resultados, desde la salutogénesis los resultados están asociados a la percepción de buena salud, salud mental y calidad de vida, mientras que desde la promoción de la salud, los resultados están vinculados a una mejor salud, vida activa y productiva.

Esto deber incidir en los gobiernos para que diseñen políticas de promoción de la salud que promuevan entornos saludables, y les permita a las personas desarrollar la capacidad de elegir opciones saludables en consonancia con un ambiente sano, en armonía y buena salud. De igual manera esas política deben contener un componente educativo que refuercen y mejoren los conocimientos de las personas sobre su salud debido a que permitirá que las mismas elijan opciones saludables.

PROMOCIÓN DE LA SALUD Y SALUTOGÉNESIS

La promoción de la salud tiene sus orígenes en el año 1974, en Canadá, cuando Marc Lalonde –ministro de salud canadiense de ese entonces– dio a conocer un documento titulado una nueva perspectiva sobre la salud de los canadienses. Este fue el primer documento de la política de gobierno nacional que identificó la promoción de la salud como estrategia clave ⁽¹⁾.

Es así como Lalonde, define la promoción de la salud como una estrategia dirigida a informar, influir y asistir tanto a las personas como a las organizaciones

para que acepten más responsabilidad y sean más activas en asuntos que afecten la salud mental y física ⁽¹⁾.

El documento de discusión sobre el concepto y los principios de la promoción de la salud (denominado el libro amarillo) redactado en 1984, define la promoción de la salud como el proceso que permite a las personas adquirir mayor control sobre su propia salud y, al mismo tiempo, mejorar esa salud ⁽²⁾.

Desde esta perspectiva se considera la salud como un activo o recurso aplicable a la vida cotidiana y no como un objetivo de esa vida, siendo así un concepto positivo que se apoya en los recursos sociales y personales y también en la capacidad física, permitiendo así a un individuo o grupo, realizar sus aspiraciones y satisfacer sus necesidades, además de cambiar su entorno o mejorarlo.

A partir de esta afirmación, se considera que la promoción de la salud se consigue a través de tres mecanismos intrínsecos:

1. Autocuidado, o decisiones y acciones que el individuo toma en beneficio de su propia salud, cabe hacer notar que en este ítem se pueden evaluar las prácticas adoptadas por el sujeto para conservar su salud;
2. Ayuda mutua, o acciones que las personas realizan para ayudarse unas a otras, desde esta perspectiva se hace alusión a las acciones ejecutadas por las personas para corregir sus problemas de salud colaborando unas con otras, la salud es vista como un bien colectivo. Siendo que las redes sociales, formales e informales, se constituyen en recurso fundamental para la promoción de la salud.
3. Entornos sanos, o creación de las condiciones y entornos que favorecen la salud, este aspecto implica asegurarse de la existencia de políticas prácticas que proporcionen a las personas entornos saludables, además de evidenciar el trabajo mancomunado de las comunidades y regiones para crear esos entornos que conduzcan a la salud ⁽³⁾.

Es así como existen distintos enfoque para desarrollar acciones y actividades en torno a la promoción de la salud. Para Rootman et al, el enfoque completo

utiliza típicamente una mezcla de estrategias para modificar el comportamiento de los individuos a través de cambios ambientales y de políticas. El enfoque actual de intervención es desarrollar una acción a niveles múltiples (nacional, regional, comunitario), este enfoque tiene distintos niveles de cobertura. El enfoque multidimensional garantiza sostenibilidad, es decir, que perduren en el tiempo los programas de promoción de la salud y su efecto positivo en la población ⁽¹⁾.

Labonté ⁽⁴⁾, proporciona un camino útil cuando organiza los diferentes enfoques que han guiado la promoción de la salud, sugiriendo que son tres los enfoques fundamentales a saber:

1. El enfoque biomédico, surge entre las décadas de los 70 y 80, con el descubrimiento de las enfermedades y los agentes patógenos causales, dominando así el mantenimiento de la salud. Se enfoca especialmente en la prevención de enfermedades. Las estrategias aplicadas en este enfoque están basadas en inmunizaciones y la realización de pruebas para la detección temprana de enfermedades y la aplicación de tratamiento.
2. El enfoque conductual/estilo de vida, desde este enfoque el objetivo de la promoción de la salud es fomentar la adopción de estrategias que promuevan la capacidad de elegir un estilo de vida funcional y que promueva bienestar. Está basado en la prevención de la enfermedad y las posibilidades que tienen las personas a ser expuestas en sus estilos de vida a factores de riesgo que incidan en su salud. La herramienta que utiliza la promoción de la salud en este enfoque es la educación para la salud.
3. El enfoque socio-ambiental, emerge del campo social-ecológico, su premisa fundamental está basada en la salud como producto de la interdependencia entre las personas y los subsistemas del ecosistema, tales como, la familia, la comunidad, la cultura y el ambiente, este último tanto físico como social. Para promover salud, estos ecosistemas deben ofrecer condiciones aceptables que conduzcan o contribuyan a estilos de vida saludables.

En este orden de ideas, algunos vocablos implícitos en la definición de promoción de la salud permiten vincularla a la salutogénesis, esos vocablos son:

activos que inciden en la salud, mayor control sobre la salud, recursos, transformación, cambio o mejora del entorno, entornos sanos, creación de las condiciones y entornos que favorecen la salud.

Al igual que la promoción de la salud, la salutogénesis nace en la década de los 70, de la mano del médico y sociólogo Aaron Antonovsky, partiendo de la simple pregunta ¿Qué crea salud? ⁽⁵⁾. Iniciando así la nueva mirada en positivo del concepto de salud. Un punto de encuentro con la promoción de la salud la cual es definida en el libro amarillo como un concepto positivo.

La salutogénesis es un término que viene del latín Salus, salud, y del griego Génesis, origen, creación de. Su significado es génesis de la salud ⁽⁶⁾. Buscando respuesta a su inquietud de aquello que crea salud, desde el origen de la salud y no desde las causas de la enfermedad.

En este enfoque salutogénico los activos para la salud ganan total valor, definidos como aquel factor o recurso que potencie la capacidad de las personas, de las comunidades y de las poblaciones para mantener su salud y bienestar ⁽⁵⁾. Es así como la idea original de Antonovsky, es centrarse en los recursos y la capacidad de las personas para crear salud ⁽⁷⁾.

El enfoque salutogénico está centrado en dos conceptos esenciales para su comprensión: el sentido de coherencia (sense of coherence [SOC]) y el recurso general de resistencia (general resistance resources [GRR]) ⁽⁵⁾. El sentido de coherencia (SOC) es definido como la capacidad de comprender toda la situación y la capacidad de utilizar los recursos disponibles ⁽⁷⁾.

Esta capacidad se fundamenta en tres componentes que caracterizan los comportamientos en salud de los individuos: a) la comprensibilidad, o la comprensión de lo que acontece, es la capacidad de las personas para evaluar y comprender la situación en la que se encontraban; b) la manejabilidad, está relacionada con la visión de las propias habilidades de las personas para manejarlo, y c) la significabilidad, es la capacidad de convertir lo que se hace en satisfactorio y con significado para la vida, avanzando en una dirección de promoción de la salud ^(7, 8).

Los recursos generales de resistencia, es un concepto clave en este enfoque, se define como cualquier característica de una persona, grupo o ambiente, cuyo manejo efectivo puede ayudar a evitar o a combatir una amplia variedad de estresores. Estos pueden ser de origen interior, como la fortaleza, la inteligencia, el conocimiento y la competencia social, o de origen exterior como los recursos materiales, la estabilidad cultural, el soporte social o las buenas condiciones laborales ⁽⁵⁾.

La clave estará entonces en la habilidad que tengan las personas para usar los recursos de los que disponen de manera promotora de salud.

El enfoque salutogénico permitirá diseñar políticas de promoción de la salud efectivas para la población, que les permita identificar los recursos y activos con los cuales cuentan y a administrarlos de la mejor manera en función de su salud, es importante acotar esto, debido a que se suele asociar la promoción de la salud con carteles y folletos, desde su concepción simplista, es así como desde el diseño de las políticas públicas se debe superar esta concepción simplista; en este orden de ideas el enfoque salutogénico de la promoción de la salud permite:

1. La resolución de los problemas y la búsqueda de soluciones.
2. Identificación de recursos generales de resistencia que promueven en las personas colocarse en la dirección positiva.
3. Identificación en los individuos, grupos, poblaciones o sistemas el sentido de coherencia (a través de una serie de indicadores medibles y observables) para la comprensión, manejabilidad y significabilidad de sus acontecimientos vitales ⁽⁹⁾.

Lindström y Eriksson, objetivaron la salutogénesis a partir de la siguiente fórmula: $PS (CO) = (SAL + QoL) * DDHH$ ^(7, 9).

Esta fórmula se expresa de la siguiente manera, Promoción de la Salud (PS) tiene sus bases en la Carta de Ottawa (CO), entiende la salutogénesis (SAL) como la estrategia que proporciona a la población los medios y la dirección para que las personas alcancen una calidad de vida global (QoL). Todo sobre la base de los derechos humanos (DDHH) en la práctica cotidiana ⁽⁹⁾.

DISCUSIÓN

En función de la promoción de la salud basada en los derechos humanos bajo el enfoque salutogénico se deben definir acciones encaminadas a crear las condiciones y los entornos que favorezcan la salud de la población.

En este orden de ideas, en el enfoque salutogénico que revitaliza la promoción de la salud, ganará valor la idea de activos para la salud o el patrimonio de las personas y las sociedades para tener, mantener o mejorar la salud ⁽⁸⁾. Activos que deben ser tomados en cuenta para diseñar estrategias y actividades que favorezcan en la población generar salud.

Es así como desde este artículo se proponen acciones para la promoción de la salud desde el enfoque salutogénico:

1. Creación de espacios comunitarios para la protección de la salud positiva basados en activos que generen políticas y entornos que favorezcan que las personas puedan tomar decisiones saludables y sean reforzadas para actuar sobre sus determinantes de salud, con una perspectiva de los derechos humanos, de equidad, participación y fortalecimiento de la comunidad.
2. Fomento del uso productivo del tiempo libre y desarrollo de las habilidades de las personas, para mejorar su salud.
3. Establecer procesos colaborativos y de trabajo en red que refuercen y dinamicen los propios activos para la salud existentes en el ámbito local., además de favorecer sinergias y multiplicación del conocimiento vinculado a la acción.
4. Potenciar la participación comunitaria para el beneficio de la salud y la creación y sostenibilidad de entornos saludables.

La salud pública se enfrenta al desafío de desarrollar estrategias salutogénicas que fomenten, en la población, desde la promoción de la salud espacios para potenciar los recursos generales de resistencia y desarrollar la capacidad de los sujetos y comunidades para la administración de esos recursos. Siendo su fin último la creación de las condiciones y entornos que favorecen la salud.

REFERENCIAS

1. Rootman I, Goodstadt M, Potvin L, Springett J. Un marco para la evaluación de la promoción de la salud. En: Cerqueira MT, León Nava F, de la Torre A, editores. Evaluación de la promoción de la salud: principios y perspectivas. Washington D.C.: Organización Panamericana de la Salud; 2007. P. 29-57.
2. Kickbusch I. Promoción de la Salud: una perspectiva mundial. En: Organización Mundial de la Salud, editor. Promoción de la Salud: una antología. Washington D.C.: Organización Mundial de la Salud; 1996. P. 15-24.
3. Epp J. Lograr la salud para todos: un marco para la promoción de la salud. En: Organización Mundial de la Salud, editor. Promoción de la Salud: una antología. Washington D.C.: Organización Mundial de la Salud; 1996. P. 25-36.
4. Elejalde Calderón M. Principales enfoques que han dominado la promoción de salud y su influencia en la práctica de la enfermería comunitaria. (Internet) [Consultado abril 2018] Disponible en: <http://www.ilustrados.com/tema/13056/Principales-Enfoques-dominado-Promocion-Salud-influencia.html>
5. Juvinya-Canal D. Salutogénesis, nuevas perspectivas para promover la salud, Elsevier Doyma. 2013; 23 (3): 87-88
6. Gómez Mejía L. Salutogénesis ¿Qué es lo que mantiene al ser humano sano? Reto para la promoción de la salud. (Internet) [Consultado marzo 2018] Disponible en: <http://apoyoemocional.univalle.edu.co/salutogenesis.pdf>
7. Lindström B, Eriksson M. Salutogénesis. J Epidemiol Community Health. 2005; 59: 440-442.

8. Hernán M, Lineros C, Morgan A. Los activos para la salud personales, familiares y comunitarios. En: Hernán M, Morgan A, Mena AL, editores. Formación en salutogénesis y activos para la salud. Granada: Escuela Andaluza de Salud Pública; 2010. P. 15-25.
9. Sequera Melean L. Salutogénesis y salud pública. Reflexiones prácticas sociales. Cuadernos de la Escuela de Salud Pública. 2017; 5 (93): 15-21