



ESTILOS DE VIDA, HABITUS Y PRÁCTICA SOCIAL

Juan G. Muñoz G.*

RESUMEN

El siguiente En este artículo, se busca relacionar los habitus y las prácticas sociales de los individuos dentro de la sociedad y de las sociedades mismas, para modelar sus estilos de vida. Visto desde los enfoques de las diferente teorías como las biomédicas y sociales. Desde el pensamiento Aristotélico en el que el individuo tiene una disposición para actuar e interactuar dentro de su sociedad y es lo que se llama el Hexis o habito, pasando por Bourdieu con las diferentes interacciones en forma bidireccional de los diferentes microcampos que conforman el campo social, Mark y Engels que señalan que las prácticas sociales son luchas de clases sociales, hasta la visión biomédica liderada por la OMS en la que el individuo tiene modelos, patrones y conductas personales y que son los que van a determinar sus estilos de vida y por ende su estado de salud. Sin embargo, todas estas teorías desembocan en que los hábitos y las prácticas sociales son las que van a modelar y establecer los etilos de vida de los individuos dentro de la sociedad y de las sociedades mismas, que los puede convertir en sociedades exitosas o sociedades fracasadas.

Palabras Claves: Estilos de vida, Habitus, Practicas Sociales, Salutogenesis

*. Médico Veterinario, MgSc. Profesor Asociado, Jefe del Departamento de Salud Ambiental de de la Escuela de Salud Pública, Cursante del Doctorado en Salud Pública ORCID: 0000-0002-2183-4421 Correo: juanmugil@ucv.ve.

INTRODUCCIÓN.

Los seres humanos desde el mismo momento de su nacimiento se ven sometidos a una serie de presiones y normas sociales que van modelando su comportamiento, bien sea de forma individual o colectiva. Algunas de ellas son de carácter formal, como son las leyes y normas jurídicas y otras, no menos formales, pero son de carácter social que se van transmitiendo de generación en generación, definidas como comportamientos, hábitos y costumbres llamado el capital cultural. Todo ello hace el desenvolvimiento de la vida de los individuos en un gran campo, que es lo que Bourdieu define como el campo social¹.

Dentro de este campo social¹, se encuentran inmersos los campos económicos, políticos y culturales representados simbólicamente por sus respectivos capitales y de cuya interacción permanente es lo que va a caracterizar el comportamiento de los miembros de las grandes sociedades, y es determinante para su forma de vivir, desarrollarse o desenvolverse, crecimiento de los países y naciones pudiendo convertirse en sociedades exitosas o fracasadas.

DESARROLLO Y DISCUSIÓN.

Los comportamientos de los individuos dentro de la sociedad y de las sociedades mismas, es lo que constituye los llamados estilos de vida, concepto no muy bien definido debido a los múltiples enfoques que le dan las diferentes disciplinas sociales y médicas, donde destacan el enfoque social y económico de la sociología, la orientación personalista de la psicología individual fijando un patrón único de conductas y hábitos con los que el individuo lucha para sentirse mejor, mientras que la antropología le da una mayor importancia al campo cultural en el cual, la educación y la tradición juegan un papel muy importante en el comportamiento de los individuos en grupos o unidos en sociedad¹².

El enfoque biomédico, trata de relacionar las condiciones de salud de las personas de acuerdo a su comportamiento, hábitos alimentarios, consumo de sustancias nocivas como el alcohol, tabaco y drogas, así como también a la

realización o no de actividad física ², este enfoque al igual que la psicología individual hacen responsable al individuo de lo que le pueda suceder, bien sea positivo o negativo, dejando de lado otros factores, como los ambientales, económicos, sociales o políticos que también influyen en las conductas y comportamientos de los individuos, tanto en lo individual como en lo colectivo.

La organización mundial de la salud (OMS) ³, en su glosario de términos define a los estilos de vida, como una forma de vida que está basada en los patrones de comportamiento personal y determinados por la interacción entre las características propias de cada individuo y su entorno social, económico y ambiental. De este enfoque se desprende que los estilos de vida son comportamientos individuales, propios de cada individuo y que de acuerdo a sus actuaciones es que se generan cambios que modifican su entorno social, económico y ambiental, si esto es cierto, no es menos cierto que la sociedad en su conjunto, las actividades económicas y el entorno ambiental, van a influir en el modelaje de las conductas, actuaciones y comportamiento de sus miembros determinando también así, sus estilos de vida.

El desarrollo de una sociedad está basada en las posibilidades del acceso a la educación que tengan sus miembros, la generación de puestos de trabajo, la adecuada remuneración, la disponibilidad y acceso a alimentos de calidad y en cantidades adecuadas, las condiciones ambientales en que se desarrollan van a determinar el estilo de vida de esa sociedad. Por otro lado, las conductas y comportamientos personales de los individuos de esta sociedad van a influir sobre esos factores y a la vez le van a ser devueltos para terminar de modelar su estilo de vida personal, por lo tanto se establece un flujo constante de interacciones de una manera bidireccional que en definitiva es lo que establece los estilos de vida de una población^{1 3}.

Este flujo constante de interacciones entre el individuo y los diferentes factores del campo social ¹, es lo que va a generar, diferentes respuestas por parte de ese individuo, traducidas en conductas y comportamientos, que van a constituir los hábitos (habitus). Desde el pensamiento Aristotélico, el Hexis o el habitus es la disposición que tiene el individuo para actuar e interactuar en y

dentro de su sociedad, es el estar activo, que está muy relacionado con su constitución física, con su disposición de hacer y poder hacer dentro de su entorno social ⁴.

Obviamente los hábitos van a estar subordinados dentro de este campo social, por los capitales políticos, económicos y culturales, ya que es mediante ello que los individuos se adaptan a su realidad social, entienden la complejidad de sus sistemas, estructuras y pueden resolver la conflictividad que pudiera generarse como consecuencia de las prácticas sociales desarrolladas dentro de su entorno ⁵.

Marx y Engels ⁶, en el manifiesto comunista, dan una visión de las prácticas sociales, como la eterna lucha de clases sociales, lucha determinada por factores económicos y establecidos por la explotación en el trabajo por parte de una clase dominante contra la clase dominada, con un claro enfoque sociológico en el que las relaciones sociales y económicas son las que conllevan a prácticas sociales propias de cada sociedad.

Pero las prácticas sociales no se limitan solo a eso, las acciones e interacciones sociales expresadas como valores, costumbres, creencias y normas, que forman parte del capital social y del capital cultural ¹, van a regir el comportamiento de los miembros de las sociedades, sea, del individuo o de la sociedad en su esencia, definiendo también su estructura, organización y sus relaciones, tanto dentro de la sociedad, como fuera de ella ⁷. Por lo tanto todas las actividades que desarrolle y haga el individuo dentro de su entorno, bien sean actividades agrícolas, recreacionales, educativas, artísticas, elaboración de proyectos económicos, políticos y sociales, hasta el diseño, elaboración y aplicación de políticas públicas, no dejando de lado la celebración de las fiestas y platos típicos de la región en que se asienta la sociedad, son consideradas prácticas sociales y de ellas va a depender el éxito y desarrollo alcanzado por las sociedades mismas.

En salud pública, la OMS ⁸, señala que existe una estrecha relación entre los factores estructurales de la sociedad, políticos, económicos, distribución de los recursos y las condiciones en que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y

envejecen llamándolos los determinantes sociales (DS), pero esa relación y la constante interacción que existe entre estos factores estructurales y estas condiciones de vida de los individuos, de manera favorables, pueden servir para prevenir enfermedades y como elementos propios para la promoción de la salud, en este momento se estaría hablando de determinantes sociales de salud (DSS).

Ahora bien, ¿cuáles serían esas condiciones de vida en que las personas nacen, crecen, viven y envejecen?

Wilkinson y Marmot ⁹, expresan que las condiciones económicas y sociales van a tener un gran impacto sobre la salud de las personas, hablan sobre el acceso o no a una buena educación, que desde el comienzo de la vida, va a incidir de manera significativa, tanto en el individuo como en la sociedad en que se desenvuelva, así mismo también indican sobre el trabajo bien remunerado, las condiciones o ambientes laborales, la facilidad de conseguir alimentos de calidad y cantidad adecuada, el consumo o no de drogas, el transporte, la posibilidad de realizar actividades físicas y recreacionales, definiéndolos como los DSS.

Conclusión.

En este sentido estos investigadores, lo que han hecho es desglosar esas condiciones de vida que señala la OMS ^{8 9}, que no son más que los habitus y prácticas sociales que llevan a cabo los individuos que conforman la sociedad y las sociedades mismas, determinados por la constante interacción entre los micro campos económico, político y cultural, dentro de ese gran campo social, definidos por Bourdieu¹ que van a delinear y establecer los estilos de vida de las personas, familias y por ende de las sociedades. Si se establecen de forma negativa conllevaría a estilos de vida no saludables pero si se establecen de forma positiva serían estilos de vida saludables.

REFERENCIAS.

1. Bourdieu P. Poder, Derecho y Clases Sociales. 2ª Edición. Bilbao. Editorial Desclée de Brouwer, S.A., 2000. 2001
2. Estilos de Vida Saludables. Material Didáctico. Tema 2. 1-30 [Citado 17 de Marzo de 2018 a las 3:00 pm]. Disponible en: <http://grupo.us.es/estudiohbsc/images/pdf/formacion/tema2.pdf>
3. World Health Organization. Health PromotionGlossary.World Health Organization 1998 [Citado Marzo de 2018]. Disponible en: <http://www.who.int/healthpromotion/about/HPR%20Glossary%201998.pdf>
4. Rodrigo P. The Dynamic of Hexis In Aristotle`s Philosophy. Jour of the Brit Socfor Phen. Febr 2011;42,(1). [Citado Marzo 2018]. Disponible en: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/00071773.2011.11006728>
5. Bourdieu P. Razones Prácticas sobre la Teoría de la Acción. Barcelona. Editorial Anagrama. 1997.
6. Marx C. Engels F. Manifiesto Comunista. Editado por elaleph.com. 2000. [Citado Marzo de 2018]. Disponible en: <https://sociologia1unpsjb.files.wordpress.com/2008/03/marx-manifiesto-comunista.pdf>
7. Digesa [Internet]. 2005. Prácticas sociales y salud pública. Publicaciones descargas en salud américas. Capítulo 5. 49-58. [citado Marzo 2018]. Disponible en: http://www.digesa.minsa.gob.pe/publicaciones/descargas/salud_americanas/05--CH5--49-58.pdf
8. Organización Mundial de la Salud. Subsanan las Desigualdades en una Generación. [Informe]. OMS. 2008. WHO/IER/CSDH/08.1 [Citado Marzo de 2018]. Disponible en: http://www.who.int/social_determinants/thecommission/finalreport/es/
9. Wilkinson R., Marmot M. Social determinants of health the solid facts. Copenhagen, Dinamarca: WHO Regional Office for Europe. Disponible en: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/108082>