

## La salud

Aunque se ha discutido mucho en las publicaciones médicas sobre qué sea la salud, no se ha llegado a un acuerdo sobre el asunto. Sin embargo, la cuestión no es banal: si la atención médica persigue la salud, es fundamental tener claro en qué consiste la salud. Sólo una versión correcta de su naturaleza puede dar como fruto una buena práctica médica. Este trabajo, necesariamente breve, pretende mostrar las coordenadas básicas que se deben tener presentes a la hora de concebir qué es la salud, y dejará de lado, por razones de extensión, muchas otras cuestiones, interesantes, como son los antecedentes y la evolución histórica del concepto de salud, su relación con la mentalidad de cada época, etc.

-

### LA SALUD

Salud es definida por la Constitución de 1946 de la Organización Mundial de la Salud como el estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones y/o enfermedades. También puede definirse como el nivel de eficacia funcional y/o metabólica de un organismo tanto a nivel micro (celular) como en el macro (social).

En 1992 un investigador agregó a la definición de la OMS: "*y en armonía con el medio ambiente*", Ampliando así el concepto.

La salud se mide por el shock que una persona pueda recibir sin comprometer su sistema de vida. Así, el sistema de vida se convierte en criterio de salud. "una persona sana es aquella que puede vivir sus sueños no confesados plenamente.

### ANTECEDENTES

Los clásicos no tenían especiales dificultades en alcanzar una idea clara de lo que es la salud. Hablaban latín, y la sola palabra *Salus* ya les daba idea de su significado. Nosotros debemos retroceder a la etimología para alcanzar lo que era evidente para ellos. *Salus* y *salvatio*, muy iguales en latín, significan "estar en condiciones de poder superar un obstáculo". De estas

palabras latinas se derivan sus equivalentes castellanas: salud y salvación.

El término castellano “salvarse” incluye el significado original de “superar una dificultad”, y se aplica tanto a dificultades naturales, como a las sobrenaturales. Sin embargo, el término salud no se entiende actualmente como ligado a dicho significado de “superar una dificultad”. De ahí la gran variedad de definiciones, a veces profundamente discordantes, otras veces más o menos de acuerdo en algunos puntos, y casi siempre eclécticas, que se limitan a agrupar las opiniones más en boga sobre la cuestión.

## **FACTORES QUE INFLUYEN EN LA SALUD**

Según el reporte de LaLonde, del año 1974 realizado en Canadá, sugiere que existen cuatro determinantes generales que influyen en la salud, a los cuales llamó, “*biología humana*”, “*ambiente*”, “*Forma de vida*” y la “*organización del cuidado de la salud*”.

**Biología Humana:** Son aquellos factores que influyen desde el interior del cuerpo como consecuencia de su biología básica y metabolismo.

**Ambiente:** Son todos aquellos factores que provienen del exterior y sobre los cuales el ser humano no tiene control.

**Forma de vida:** Es la suma de decisiones por parte de los individuos que afectan a su salud de una u otra manera.

**Organización del cuidado de la Salud:** Consiste en la cantidad, calidad y arreglo en la provisión de cuidados de la salud.

La salud como bienestar refleja la necesidad de funcionar adecuadamente y de disfrutar del entorno, como sensación y percepción placentera y agradable, como garantía y disfrute de una sobrevivencia digna a través de la satisfacción de necesidades básicas, emocionales y sociales de un individuo, para favorecer el desarrollo de su personalidad

La relación salud - vida, dentro de ella la relación vida - trabajo, se refiere a la calidad de vida de los seres humanos, la salud no sería tan importante si no fuera en relación con una vida plena con toda su potencialidad intelectual y de desarrollo en el campo laboral, necesario para obtener un alto grado de autoestima y desarrollo humano deseable.

Esta perspectiva del proceso salud enfermedad nos permite observar los individuos como un todo donde lo social es factor determinante de enfermedad o posibilidad de bienestar, lo cual es inherente al hombre que es precisamente humano porque es social.

## **TIPOS DE SALUD**

### ***Salud física***

Algunas características de la salud física son el funcionamiento eficiente del cuerpo, resistencia a enfermedades. la capacidad de responder apropiadamente a una diversidad de eventos nivel adecuado de aptitud física. En la mayoría de los programas de salud el enfoque o base es la salud física como el instrumento principal diseñado para operar el organismo humano. El deporte permite desarrollar ciertas habilidades físicas y mentales que se puede practicar al aire libre o espacios cerrados.

El deporte es un excelente pasatiempo, a través del que se pueden hacernos nuevas relaciones o estrechar las que ya se tienen. Se considera actividad física a todo aquello que te mantenga en movimiento, que te ayude a desarrollar ciertas habilidades mentales y corporales y que favorece a tu cuerpo.

Todo esto se refiere a la salud de nuestro cuerpo y como con ayuda del deporte podemos mejorar nuestro ritmo de vida y la salud corporal.

### ***Salud mental***

La salud mental se refiere al bienestar emocional y psicológico del individuo. Según la OMS es la capacidad para mantener relaciones armoniosas con los demás, satisfacer necesidades potencialmente en conflicto sin lesionar a los demás y ser capaz de participar en las modificaciones positivas del ambiente físico y social.

Así el individuo vive feliz consigo mismo, se siente bien con relación a las demás personas, y puede hacer frente a las exigencias de la vida.

### ***Salud social***

Es la habilidad de interaccionar bien con la gente y el ambiente cuando se esta bien consigo

mismo. Las Características de la salud social son que la persona se encuentra integrado a la sociedad, incluye buenas relaciones con otros, una cultura que apoye las adaptaciones exitosas en el ambiente.

La definición de salud es difícil, siendo más útil conocer y analizar los determinantes de la salud o condicionantes de la salud.

La salud, en términos físicos, forma parte de uno de los pilares de la calidad de vida, bienestar y en definitiva de la felicidad.

El objetivo de alcanzar la salud, no solamente corresponde a la medicina, sino también a los políticos, a la sociedad y al individuo. En los países en vías de desarrollo, la salud empezaría a conseguirse cuando se satisfagan sus necesidades de alimentación, infecciones, vivienda, trabajo y, en definitiva, sus problemas económicos, mientras que, en los países desarrollados, la salud se consigue previniendo los efectos secundarios que la riqueza produce como la obesidad, la ausencia de ejercicio físico, los accidentes de tráfico, el tabaquismo, la depresión, la contaminación, etc.

La salud y la enfermedad forman un proceso continuo, donde en un extremo se encuentra la muerte prematura, muchas veces prevenible, y en el otro extremo se encuentra un elevado nivel de salud, al que difícilmente llega todo el mundo. En la parte media de este continuo o equilibrio homeostático se encontraría la mayoría de la población, donde la separación entre salud y enfermedad no es absoluta, ya que es muy difícil distinguir lo normal de lo patológico.

La salud es más que una noción médica: es un concepto predominantemente social porque se vincula con las costumbres, tradiciones, actitudes y juicios de valor de los diversos grupos de una sociedad, y porque involucra la participación de todos los agentes de la comunidad. En el plano individual requiere la educación de higiene que deben tener las personas; en el plano colectivo requiere la participación del poder público en la satisfacción de las necesidades sociales.

## **LA SALUD PÚBLICA**

Como campo de la medicina social, la salud pública incluye desde la prevención de las dolencias y las discapacidades, la prolongación de la vida y el fomento a la eficiencia física y mental, hasta educar al individuo en los principios de la higiene personal, organizar los servicios para el diagnóstico y tratamiento de las enfermedades y para la rehabilitación, así como desarrollar la estructura social que le asegure a cada miembro de la comunidad un nivel de vida adecuado para el mantenimiento de la salud.

La salud pública es una especialidad de la medicina que se orienta a la prevención de las enfermedades y promueve la salud para que las personas tengan una vida larga y saludable, mediante acciones organizadas entre las autoridades responsables de la salud. En esta perspectiva, la salud pública es responsabilidad de los gobiernos, a quienes corresponde la organización de todas las actividades comunitarias que, directa o indirectamente, contribuyen a la salud de la población con la mejor calidad posible.

## **EVOLUCIÓN DEL TÉRMINO SALUD**

La salud, como cualquier otra parcela de la realidad, trasciende y a la vez está sujeta a la conceptualización que de la misma podamos hacer en un momento sociocultural concreto. El término salud puede evocar realidades distintas dependiendo de la época histórica, la cultura o civilización en la que nos situemos y los actores y segmentos sociales que lo empleen. En un primer momento, podríamos decir que la definición más intuitiva, y más aceptada de entender salud como ausencia de enfermedades. Así durante la primera parte del siglo XX, el estado de la salud pública se describe en general en términos de la presencia o ausencia de enfermedades. Sin embargo, surgió en la Carta de Constitución de la OMS (1946) una definición pero esta también fue rechazada por diversos autores por considerarla utópica, estática y subjetiva. De este modo, se han ido realizando diversas definiciones del término, intentando incidir en diferentes aspectos del término, y tendiendo a modificar los “errores” criticados en la definición de la OMS.

## **CONCLUSIÓN**

En este trabajo he podido conocer las diversas definiciones que se han publicado sobre la salud, la evolución de su definición que ha ido cambiando a través de la historia, tratando de ir modificando sus errores, una y otra vez, siendo esta una definición difícil de propiciar y de realizar. De esta manera para evitar muchas complicaciones se ha utilizado la definición propiciada por la OMS. Existen diversos tipos de salud, que complementan el bienestar del ser

humano y así factores que influyen en el mismo.

La salud no es solo un estado físico, mental y social del ser humano es mucho más que esto.

## ILUSTRACIONES



