

Reportaje

Salud integral

Dr. Rafael Polanco Delgado

La tarea central

El hombre siempre ha sabido que procede de la tierra, está íntimamente ligado a ella; algún día regresará a ella y sin ella su existencia es imposible. También sabemos que, como creación y como posibilidad, el hombre está concebido como una totalidad a través de la cual se manifiesta el Creador. Así es el hombre como persona, desde su concepción.

A este hombre, le aguarda otra realidad no ligada a las categorías de espacio y tiempo, y tanto como él se aproxime a esa otra realidad, tanto mejor se acercará a su meta, al destino que Dios ha previsto para cada uno de nosotros.

‘Persona’ es el hombre que, disponiendo a lo largo de su existencia de posibilidades, que más que desarrollar, despliega o desenvuelve a lo largo de ésta, decide vivir su existencia individual con una armonía plena corporal y espiritual, y de esta forma manifestar la trascendencia de su elevado destino.

Por esta razón no deberíamos imaginarnos como personas íntegras desde el nacimiento. En ese momento tenemos todavía una vida por delante que recorrer, no somos otra cosa que un proyecto. Más bien debemos considerar esa integridad personal como un objetivo particular, como un quehacer propio, y de esta forma nos encontraremos cada uno de nosotros, en el final de nuestros días, en la medida en que lo hayamos conseguido, como meta alcanzada.

La armonía interior de una persona estriba en que su interior individual, su base endotímica, se ubique en perfecta congruencia con su ‘yo’, con su entendimiento y con su entorno; es decir, también con todo lo que llamamos ‘exterior’. Si esa persona alcanza este objetivo, podemos considerar que ya ha encontrado su equilibrio, ella vive experimentando en la intimidad, su armónica condición de hijo de Dios.

Encontrar ese camino es un afán fundamental de cada uno de nosotros y por aquí se asoma el concepto de salud, concepto que ha preocupado al hombre desde sus albores en la Tierra.

Equidad y concordancia

En forma simultánea, el hombre percibe que su «bienestar» no se limita simple y llanamente a una «ausencia de enfermedad o de invalidez». Se da cuenta de que la fórmula es incompleta y está en juego algo más en ese estatus.

Considerando el medio ambiente en el que está imbuido y la meta para la que está destinado, el hombre entiende que la verdadera medida de la salud es la capacidad de funcionar en forma adecuada y efectiva dentro de un medio concreto, en un proceso continuo de adaptación.

Para lograr ese crecimiento y desarrollo, balanceado y armónico en todos los ámbitos personales, es imprescindible conseguir un cierto equilibrio individual, una especie de «homeostasia» entre los propios componentes.

Obteniendo un equilibrio óptimo entre los factores físicos, biológicos, mentales, emocionales, espirituales y sociales, el desarrollo de las capacidades y habilidades y su crecimiento en todos los ámbitos de la vida, no sufrirán ningún menoscabo. Es decir, podrá

alcanzar el bienestar ideal. Esto es precisamente lo que en la actualidad entendemos por 'salud integral'.

Tanto el desarrollo físico como el cognoscitivo están obligados a atravesar una serie de etapas en el proceso de vida del ser humano y cada una de ellas sufre diferentes cambios que representan retos continuos, los cuales requieren a su vez constantes ajustes. Estancarse en una de esas etapas, desaprovecharlas o emplearlas en forma deficiente, fácilmente constituirá un obstáculo importante a su empeño. Es en esos estadios donde el hombre debe ordenar sus ideas y reflexiones, así como desenvolver y emplear suficiente consistencia mental para evaluar todas las variables, objetivar, tomar distancia en situaciones, disponer de criterios y evitar distorsiones de la realidad, merced a una suficiente capacidad de análisis.

De esta forma nos encontramos ante un concepto positivo e interactivo que implica distintos grados personales de vitalidad y de adaptación.

Así entendemos que la realidad propia de cada persona es mucho más que un conjunto de cuerpo y alma; ella es una concreción que se desenvuelve y realiza mediante elementos o componentes somáticos y espirituales que se entretujan continua y estrechamente para conseguir el equilibrio y la armonía antes mencionados.

¿Qué ocurre con el hombre que no vive correctamente?

Arriesga o pierde su mayor bien, la salud, y con ello la capacidad de funcionar en forma idónea, dentro de su medio ambiente concreto. Su imprescindible adaptación a toda clase de estímulos, presiones, problemas, microorganismos, etcétera, se encuentra imposibilitada o al menos dificultada para funcionar adecuadamente. De aquí que no tarde en sentirse profundamente tenso, descontento y angustiado, pudiendo desembocar ese estado en un peligroso círculo vicioso.

Los semitas de hace cinco mil años ya entendían al enfermo como un pecador, sin embargo Galeno (130-200 d. C) veía en el pecador a un enfermo. Actualmente hay quien postula que la realidad del hombre, más que «óptica» o regida por categorías inmutables del ser, es «pática» consecuencia de las afecciones que constituyen y orientan la realidad íntima de la persona y de su ondulante conducta. V. Weizsaecker (1886 1957) diseñó un pentagrama pático: 'poder', 'querer', 'ser lícito', 'estar obligado' y 'deber', configurado por cinco sentimientos que encuadran el sentido de toda vida humana. Se constituye con aquello que «se puede», «se quiere», «se tiene permiso de», «se está obligado a ser» y «se debe ser, justamente porque todavía no se es».

De todo esto derivan los conceptos de que salud y enfermedad humanas no deben ser entendidas en los términos bipolares «normalidad-anormalidad», sino en términos «verdad no verdad»; en otras palabras, «salud: realización biográfica de la verdad de cada persona», y que «verdad tiende a evidenciar la no verdad». En consecuencia, acabaremos pensando que la enfermedad se padece y se hace, se tiene y se crea. En los planteamientos y logros de la salud integral, como orden orgánico y como forma de vida, se implicarán no sólo el momento científico-técnico y el político-social, también el socio-económico, y obviamente –no en última instancia–, el psico-ético. Incluso el filósofo F. Nietzsche (1844 1900) llegó a postular la creación de una sociedad en la cual la salud llegue a ser «un decir 'sí' al carácter total de la vida».

Para terminar, ya que hemos abordado el tema de la enfermedad como desorden orgánico y como forma de vivir, y al sustentar ésta una relación esencial con la muerte, su realidad, nos encontramos con el hecho de que además de «óptica» y «pática», la enfermedad también es «Mística», es decir, misteriosa; concepto y misterio simultáneos: como ruptura, como metamorfosis personal, como final de la gestación de la personalidad de cada uno, como encuentro...