EDUCACIÓN PARA LA SALUD: MIRADA CONCEPTUAL DESDE HIPOCRÁTES HASTA LA ACTUALIDAD.

Rita Coromoto Sánchez de Rosales.

coritasan@gmail.com

ORCID: https://orcid.org/0009-0006-2021-1616

Recibido: 12/09/2023 Aceptado: 08/11/2023

RESUMEN

La educación para la salud está considerada como el instrumento educativo supremo para llegar al empoderamiento individual de la salud, está sustentada sobre dos derechos constitucionales fundamentales como son: el derecho a la educación y el derecho a la salud. Es un proceso educativo necesario en la formación individual, comunitaria e institucional que va a permitir a las personas alcanzar una vida saludable y feliz. El propósito de este artículo es hacer una revisión conceptual de la educación para la salud desde el aporte de la medicina hipocrática hasta los conceptos, tendencias y proyecciones de la tercera década del siglo XXI, acentuando en el estilo de la alimentación recomendado para cada época. Educar para la salud, mediante un aprendizaje colaborativo, favorece el desarrollo pleno y consciente para asumir estilos de vida sanos que son la base para facilitar el completo bienestar físico y mental. Educar para la salud es favorecer el crecimiento armónico de la persona en todas las dimensiones y etapas de la vida, es inducir a las personas a adoptar costumbres sanas para el disfrute de una vida saludable que conduzca a una calidad de vida personal, familiar y comunitaria. Para la Organización Mundial de la Salud es *"un estado de completo bienestar físico, mental y social".* En consecuencia, es educar lo físico en el cuerpo, es educar los pensamientos para una mente sana, y, educar en la formación permanente de hábitos sanos para una buena convivencia social. La metodología para la preparación de este artículo es la investigación documental con aplicación de un aparato critico cimentada en la investigación bibliohemerográfica con interacción académica del proceso enseñanza aprendizaje a través de foros, talleres, poscat, videos y entrevistas con profesionales de la salud y de educación para alcanzar un análisis y comprensión de los aspectos presentados en torno a la revisión conceptual de la educación para la salud hacia una vida saludable. Se escribe dentro del paradigma interpretativo con un enfoque cualitativo.

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

Palabras clave: educación, salud, estilos de vida, alimentación, bienestar físico, mental, y social.

EDUCATION FOR HEALTH:
CONCEPTUAL LOOK FRON HIPPOCRATES UNTIL THE PRESENT.

ABSTRACT

Health education, is considered the supreme educational instrument to achieve individual health empowerment, it is based in two fundamental constitutional rights: education right and the health right. It is a necessary educational process in individual, community and institutional training that Will allow people to achieve a healthy and happy life. The purpose of this article to make a conceptual review of health education from the contribution of Hippocratic medicine to the concepts, trends and projections to the third decade of the 21st century, accentuating a slight emphasis on the style of nutrion recommended for every season. Educating for health, through colaborative learning, favors the full and conscious devep0'ment to asume healthy lifestyles that are the basis for facilitating complete physical and mental well-being. Educating for health is promoting the harmoniious growth of the person in all dimensions and stages of life, it is inducing people to adopt healthy habits to enjoy a healthy lige that leads to a quality of life personally, family and community. Fort he World Health Organization it is "a state of complete physical, mental and social well-being", Consequently, it is educating the body, the physical, educating the thoughts, the mind and permanente training in healthy habits of social coexistence. The methhodology for the preparation of this article is documentary research with the application of a critical apparatus base don bibliohemerographic research with academic interaction of the reaching-learning process through fórums, workchops, postcat, viedos and interviews with health and education professionals, to achieve a undesrstanding and análysis of the aspects presented around the conceptual review of health education for a healthy life. It is writtn within the interpretive paradigm with a qualitative approach.

Kywords: education, health, lifestyles, feeding, physical, mental and social well-being,

INTRODUCCIÓN.

"Ni el amor, ni el honor, ni la riqueza, ni el poder pueden dar al corazón una hora de alegría cuando se ha perdido la salud".
Herófilo de Calcedonia.

El siguiente texto de difusión para artículo científico, considera las variaciones conceptuales de la educación para la salud desde la medicina hipocrática hasta la actualidad, encaminado a realizar una comprensión actual del concepto, de los enfoques y tendencias para alcanzar el potencial de vida que inteligentemente ofrece el propio cuerpo, lo cual facilita el empoderamiento definitivo de la salud en los individuos. Este empoderamiento de la salud solamente se aprende mediante acciones educativas bien sean de manera formal, no formal e informal presididas por instituciones responsables de capacitar a las personas y a las comunidades para asumir el compromiso de construir condiciones físicas, mentales y sociales que conduzcan a gozar de buena salud con el objetivo de alcanzar una larga vida saludable.

Si bien es cierto que la educación y la salud son derechos universales consagrados en todas las constituciones de las naciones, lo cual compromete a los países a crear programas holísticos de salud que garanticen servicios y condiciones para facilitar el desarrollo social y económico de toda persona y comunidad; también es cierto, que cada persona está en la obligación de educarse en salud y aprender el funcionamiento fisiológico de su cuerpo, a educar sus pensamiento para el éxito y a comprometerse en crear espacios saludables en ambientes comunitarios que faciliten la mejora de escenarios en salud y bienestar integral para las familias y comunidades.

El artículo se desarrolla aplicando la estructura de revisión bibliohemerográfica, de los conceptos de salud, partiendo desde la edad antigua con los argumentos planteados y sostenidos por Hipócrates, Padre de la Medicina Racional; recorriendo la edad medieval, la edad moderna hasta plasmar los enfoques, paradigmas y tendencias en la edad

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

contemporánea; de igual manera, se buscarán aquellas semejanzas entre conceptos, para visualizar si aún hoy día, en los modelos de educación propuestos se mantiene la orientación holística para educar al ser humano, tomando en cuenta el crecimiento armónico y saludable entre cuerpo, psiquis, alma y entorno social, y a vez exponer las estrategias en educación en salud de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) para la década 2023 - 2030.

DESARROLLO

Con la iniciación de este párrafo se emprende el recorrido de la investigación documental conceptual de la Educación para la Salud (EpS de ahora en adelante), desde Hipócrates hasta la actualidad. Se estima necesario que para llegar a palpar una comprensión actual del concepto de EpS, es fundamental partir de la pregunta siguiente; ¿Cuáles son los conceptos educativos de salud que han predominado en la sociedad, desde la edad antigua hasta la última década? Para ello, inicialmente se precisa la búsqueda de cuál es el concepto de salud en las épocas estudiadas, exhibiendo el aparato critico consultado y las fuentes principales de información más fidedignas y próximas a los tiempos abordados.

Se encabeza esta investigación con la edad antigua con los inicios de la civilización occidental y para abrir esta puerta de luz, se hace desde una mirada al *Corpus Hippocráticum* como recopilación de los escritos de la Escuela Médica de Cos. Es un total de 72 documentos con más de mil páginas, de los cuales 23, son autoría de Hipócrates que contienen instrucciones, investigaciones, casos clínicos, tratamientos y ensayos filosóficos con conocimientos básicos de medicina y de salud. (Jaramillo, J. (2022) En estas consultas documentales se resaltarán las enseñanzas hipocráticas aún vigentes en la actualidad, haciendo una ligera aproximación al uso de los alimentos con fines terapéuticos, como estilo de vida sano para lograr una mejor calidad de vida.

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

Hipócrates (460 – 377 a.C.), médico, filósofo y primer representante de la medicina racional presenta en sus escritos el siguiente concepto de salud: *"la salud es un estado de armonía consigo mismo y con el entorno".* Laín, P. (2012). Con Hipócrates comienza una de las hazañas de EpS más destacas e imborrables en el tiempo y fundamentadas sobre el conocimiento científico. Los escritos del *"Corpus Hipocraticum"* comprenden los más grandes preceptos sobre el actuar médico que han sido trasmitidos de generación en generación convertidos en un bien universal. En el contenido de la medicina hipocrática es altamente relevante la ética, que dio origen al juramento hipocrático vigente y obligatorio a los médicos en la actualidad.

El paradigma encontrado en este modelo Hipocrático es un enfoque racional, aparta la medicina de la magia, de la religión, de la filosofía, y comienza a estudiar las causas naturales por las cuales aparecen las enfermedades. Sostuvo que la buena o mala salud dependía de los hábitos alimenticios, del abuso del licor, de los problemas del ambiente, por la edad, el mal uso del sexo, por las ocupaciones, entre otros. Indujo a pensar en lo que pasaba, y fue esta la manera, pasando del pensamiento simple a lo complejo, lo que hizo que apareciera la medicina científica. En el mismo orden de ideas, la conservación de la salud dependía del régimen de vida, ejercicios, buena alimentación, la higiene; en los tratamientos primero, recomendaba reposo, dieta liviana y por último acudían a la farmacología; fue un espíritu altamente innovador de donde viene el aforismo siguiente: *"es más fácil prevenir que curar".* Con este mismo modelo conceptual de salud, de definirla como la armonía entre el cuerpo, el alma y la naturaleza, Hipócrates se adelantó siglos al modelo o al concepto de medicina integral-holístico

Siguiendo con la búsqueda de conceptos de EpS en la enseñanza hipocrática se consigue el planteamiento siguiente: *"aquella situación que enferma a la mente, también enferma al cuerpo". Amezcua",* M. (2018). Para este sabio, era imposible tratar solo las afectaciones orgánicas sin que se tomara en cuenta lo que al ser humano le duele en su alma; es decir, el dolor físico tiene su origen en una dolencia emocional. Se destaca la

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

importancia personal de educar tanto el cuerpo como la mente para alcanzar el estado armónico que conduce al disfrute de un estado de salud completo.

La coincidencia entre las fuentes consultadas al referirse a las enseñanzas hipocráticas para cuidar la salud se observa en primer lugar en la alimentación adecuada; que se resume en la siguiente frase de Hipócrates: *"que tu alimento sea tu medicina y que tu medicina sea tu alimento"* Laín, P. (1964). De igual manera se destaca que la causa de las enfermedades son los malos hábitos, la dieta desordenada y un tóxico ambiente. Otra de las enseñanzas hipocráticas aún vigentes en la actualidad, se palpa en el pensamiento naturista actual de la medicina de la eficiencia donde destaca que: *"Las fuerzas naturales que se encuentran dentro del cuerpo, son las que verdaderamente curan las enfermedades***".** Amezcua, M. (2018).

Con esta enseñanza se debe aprender a conocer confiar y creer, por un lado, que el cuerpo posee los mecanismos de inteligencia suficientes para desarrollar la capacidad de curación por sí mismo, y por otro lado, los profesionales de la salud, deben ser los primeros ilustrados como lo exigía Hipócrates- enfocados en respetar los tiempos en el proceso fisiopatológico del organismo, y velar por aquellos procedimientos y factores intrínsecos naturales que favorecen la completa auto restauración y equilibrio de la persona. Entre otras enseñanzas para conservar la salud se encuentra el fomento de los estilos de vida donde se incremente el aire puro, se mantenga el cuerpo limpio, se consuman alimentos adecuados a cada temperamento y según la enfermedad que presenta el individuo.

Siguiendo con la mirada conceptual en salud, se hace el acercamiento a la Edad media, (siglo II hasta siglo XVI). En estos siglos comienzan las regulaciones en la enseñanza de las profesiones de la salud; la educación para los cuidados de la salud se centra en evitar las dolencias de todo tipo, evitar los contagios que eran provocados, entre otras causas por la deficiente alimentación. La educación en general se impartía en los monasterios y era casi exclusiva para la formación del clero. Hacia el año 630 aparecen las Etimologías de Sevilla; el libro IV hace referencia a la salud, de donde se extrae que dentro

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

del arte para cuidar de la salud se encuentra la comida, la bebida, el techo y el vestido. Amezcua, M. (2018). En esta época se clasifican tres modalidades o sistemas de atención a la salud: la metódica: que consistía en un enfoque mágico de conjuros y ritos; la modalidad empírica: que se basaba en la experiencia; y la modalidad Hipocrática: donde se practicaba la lógica racional de la teoría de los humores. Paralelo a esta modalidad aparecen las fundaciones asistenciales para enfermos desahuciados y ancianos abandonados de caridad; también sobresale el uso de los alimentos para tratar las enfermedades. Las epidemias eran provocadas por la mala nutrición a la que estaba sometida gran parte de la población, los cuidados de la salud se centraban básicamente en la alimentación adecuada y en la higiene.

San Agustín, (354 – 430 d. C.), referente al aprendizaje en salud parte de la pregunta siguiente: ¿de qué cosa debo cuidar al cuerpo para no enfermar? ¿Cuál es su enemigo y dónde se encuentra?, (Agustín, Confesiones, cap. 4, 7), en sus relatos insiste: *"lo que enferma no está fuera del cuerpo, está dentro de sí"*. Por tanto, la EpS en San Agustín está en aprender a estar en contacto con Dios, y desde esta relación brotará la salvación definitiva para el cuerpo y el alma. Si *soy imago Dei*, (Imagen de Dios) mi salud consistirá en ser cada día más pleno desde el designio divino, logrando la sanación de la más profunda herida interior causada por el orgullo. No en vano la REA en los numerales 4.5.6. define la salud como un *"estado de gracia espiritual; consecución de la gloria eterna; inmunidad que acoge y abraza lo sagrado"*.

En el otro extremo del planeta, en las cultura azteca y maya, en la cultura precolombina se encuentran conceptos teóricos y curativos de las enfermedades influenciados por las creencias mágicas y religiosas que abarcaba un comportamiento religioso, social y cultural del pueblo azteca. En este entorno, la salud se consideraba como el equilibrio entre el frio y el calor; mientras que el desequilibrio en algunos de estos polos significaba enfermedad porque se pensaba es una falla de armonía entre la relación del cuerpo respecto al cosmos. Las tribus de América contaban con la presencia de un shaman que sabía cómo curar las enfermedades; él realizaba las curaciones con medicinas basada

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

en las plantas, en animales como la liebre, el pollo, el pescado y minerales de donde preparaba sus brebajes; también la relación del enfermo con las deidades o divinidades les traían protección del equilibrio, tanto al individuo como a las tribus. Los cuidados de la salud eran de origen multifactorial de donde sobresalía los estilos de vida sanos en un contexto mágico-religioso y social.

El Dr. Edward Jenner, para 1796, hace el descubrimiento científico de la vacuna contra la viruela, primera vacuna mundial que ha conservado la salud y la vida de pueblos completos. Posteriormente los gobiernos implementan la vacuna obligatoria para erradicar la enfermedad. Hoy en día, las poblaciones indígenas aún se debaten entre sus derechos constituciones y la realidad de exclusión social que los arropa. Luchan por el logro de la etnoeducación en salud reconociendo la necesidad de educarse conservando su propia identidad. De ahí, que la OPS plantea la promoción de la salud desde el autocuidado de la persona, la ayuda comunitaria y la creación de ambientes saludables para la capacitación de la población en EpS como principal opción educativa para alcanzar el desarrollo humano.

Los médicos medievales recogen la tradición de Hipócrates y Galeno y de ahí viene la dietética griega, obra que ha sido utilizada por legiones de investigadores sobre la salud que comprende alimentos, ejercicios, prácticas de la vida diaria, elección de vida; esto es conciencia de cómo cuidar la salud y es sinónimo de equilibrio. Un gran número de los tratados del *Corpus Hippocraticum* están dedicados al tema de la alimentación; explica que para una vida saludable se requiere del equilibrio entre los alimentos, el ejercicio físico y el descanso para mantener una vida saludable. En las suculentas comidas de la burguesía la atención médica se centraba en lo que debían comer o no comer para cuidar la salud Laín, P. (2012).

Es digno resaltar aquello que nunca prescribe y que se mantiene en el trascurrir de los siglos, como es la ética médica de Hipócrates, cuya esencia está en la noble idea del amor interhumano, y porque el profesional de la salud es amigo de su arte, en consecuencia, es amigo de quien debe atender, es decir, de la persona enferma. Este valor del amor a

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

quien se atiende, es heredado en la edad media y concebido por el cristianismo como la esencia misma de la relación de los trabajadores de salud con el enfermo, buscando no solamente el beneficio del cuerpo, sino atendiendo también la curación de los espíritus; lo que para muchos médicos, enfermeros y enfermeras que aun trabajan entre nosotros, significa la *philanthopía*, en otras palabras: la técnica del *amor al arte de curar el cuerpo y el alma*. Laín, P. (2012).

En cuanto a los saberes sobre la salud para los árabes, judíos y cristianos, según Amezcua (1964) todos coinciden en tres doctrinas a saber: la salud (fisiología); la enfermedad (patología); la terapéutica (tratamiento). En esta última de la terapéutica presentan tres formas de curación que son: la dietética, la farmacología y la cirugía. Se destaca brevemente la dietética, pareciera que esta palabra abarca más elementos que los entendidos hoy día, porque incluye: alimentación, bebidas, luz, aire, trabajo, reposo, sueño, excreciones, y los efectos del alma, como medidas educativas para cuidar la salud. Entre sus principales representantes aparecen los médicos siguientes: Avicenas, (980-1037; Averroes (1126-1198); Maimonides (1135-1204). Mientras que para los griegos la belleza consistía en tres elementos que son: la ética, la verdad y la salud. *"Sin salud no hay belleza, la salud es el bien más preciado*", Hermosin, M. (1996). En los árabes sobresalen los progresos teóricos y prácticos; mientras que en los cristianos se fortalece el vínculo en el binomio médico-paciente, resaltando los valores de amar, respetar, promover, proteger y servir a la salud y a la vida del prójimo.

Se pasa a abordar la edad moderna (siglos XIV al XVI), donde muchos hablan del renacimiento como la época de fortalecimiento para la investigación y con ello el tecnicismo, que dio origen al desconocimiento del conocimiento popular y se determina una única manera de ver la salud, dejando a un lado la esencia de la persona, que es el alma, quedando el ser humano dividido, es decir, el médico no toma en cuenta la subjetividad de la persona y menos aún, la dimensión espiritual y psíquica; el diagnóstico es netamente orgánico-físico. Cada médico va a su especialidad dividiendo la integridad individual. En

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

este apartado encaja perfectamente la primera definición de salud, ofrecida por La RAE como *"el estado en el que un ser orgánico ejerce normalmente las funciones*". En el siglo XV surge el descubrimiento del microscopio e innumerables hallazgos basados en la microbiología. Aparecen las enfermedades como consecuencia de la práctica laboral y se comienza a estudiar la relación entre las condiciones socioeconómicas y la salud.

Paralelo a estos acontecimientos en el mismo siglo, en Venezuela moría la población a causa de la enfermedad de la tuberculosis, para entonces padecimiento incurable; a la falta de recintos para atender a los enfermos eran llevados al lado de la playa en el Litoral Central, en la Guaira, dejados allí por sus familiares, bien para que se recuperaran o bien para que, al morir, la sal marina no dejará propagar más la enfermedad. Para abril de 1888, se funda en Maiquetía el primer hospital de Venezuela con el fin de acoger a los enfermos que yacían en las calles o plazas; es fundado por el Cura Párroco Santiago Machado y una joven venezolana llamada Emilia Chapellín, dando origen luego a crear más hospitales bajo la regencia de la Congregación Hermanitas de los Pobres de Maiquetía. Villalba, M. (1998).

Para 1891, el presidente de Venezuela Juan Pablo Rojas Paúl, crea el Hospital Vargas, constituyéndose en el Hospital Universitario de la Universidad Central de Venezuela; de ahí, arranca los proyectos de construcción de hospitales en todo el país, mientras esto ocurría en el ámbito social y político, en las aulas de las catedra de medicina, un médico venezolano, un santo, el Dr. José Gregorio Hernández Cisneros, investigador científico, profesor-docente-enseñante, filósofo filántropo lleno de amor por la humanidad y ayuda desinteresada por los demás; formaba a nuevos servidores de la salud. Lo primero que enseñaba a sus colegas, más que con palabras con el ejemplo, fue el cultivo de las virtudes, la unión familiar, el cariño a los demás, la solidaridad y una inquebrantable fe en Dios, como bases seguras para construir la plenitud de la salud aunado al servicio y amor para cuidar la salud de sus semejantes. Epitafios de González, F. (02/07/2023), Diario los Andes.

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

Entre 1850 – 1851 surge en Inglaterra las primeras políticas de salud pública con medidas educativas sanitarias para proteger la salud de la población a través de la educación. Se realiza la primera conferencia internacional de salud pública y también los primeros hallazgos bacteriológicos e identifican los agentes causales de la tuberculosis, fiebre tifoidea, fiebre amarilla. Por estas mismas décadas, el físico Wilhelm Conrad descubre los rayos X; aparecen las vacunas contra la fiebre tifoidea; de igual manera Félix Horffman crea la formula y lanza el uso del ácido salicílico conocido como la aspirina, convirtiéndose en un medicamento mundial. El 02 de diciembre de 1902, se da la creación de la Organización Panamericana de la Salud (OPS) organismo internacional especializado en salud pública, encargado de velar por la salud en la Región de las Américas y cuya misión es mejorar y proteger la salud de la población. Sus objetivos para el periodo 2018 – 2030 es lograr el Desarrollo Sostenible como plan estratégico para alcanzar la salud en la región. Dentro de sus logros se encuentran aumento en la esperanza de vida; erradicación de la viruela, sarampión, polio, rubéola; expansión de la cobertura de salud para los sectores más vulnerables; de la semana de Vacunación en las Américas, infundió la realización de la Semana Mundial de Inmunización para la década 2020-2030; entre otros beneficios recibidos desde la OPS, está la reducción de la mortalidad infantil; más cobertura de tratamientos antirretrovirales; expansión significativa de servicios de agua, saneamiento ambiental en las poblaciones rurales y urbanas.

El concepto de EpS aparece aproximadamente hacia 1920, cuando el Profesor Winslow Charles experto en salud pública habla de la educación de los individuos como un mecanismo social para asegurar un nivel de vida adecuado como medio para conservar la salud, de tal modo que cada persona alcance condiciones de gozar de su derecho natural a la salud y a la longevidad. Se comienza a clarificar las relaciones existentes entre las enfermedades y la pobreza, de ahí, que al promover y educar en salud también se desarrolla un nivel de vida mucho más sano y decente, por cuanto que al educar no solamente se está educando para las condiciones físicas, sino que la educación también llegue a los

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

condicionantes estructurales, así como a modificar conductas, desarrollar responsabilidad y aptitudes para proteger la propia salud individual. En Inglaterra se concretan los primeros servicios de salud pública con equipos multidisciplinarios integrado por médicos, enfermeras, psicólogos, psiquiatras, educadores sanitarios, reuniones que gestaban la fundación de la OMS. De estas convenciones sale un aspecto de la salud conocida como socio-cultural que en la actualidad está altamente tecnificada y especializaciones en ramas como la nutrición y dietética, salud laboral, salud familiar, y hay un marcado interés de la relación salud y sociedad.

En febrero de 1936, se crea en Venezuela el Ministerio de Sanidad y Asistencia social encargado de velar y mejorar las condiciones de salud de los venezolanos, por cuanto la población era diezmada por el paludismo y las endemias rurales. Paralelamente se funda la escuela de Malariología y Saneamiento Ambiental con la función de estudiar las enfermedades metaxénicas trasmitidas por los mosquitos como son: malaria, chagas, dengue y preservación del ambiente urbano y rural. El Dr. Gabaldón fue uno de los precursores de la educación a distancia como herramienta para erradicar las enfermedades y mantener la salud. En estos años, el enfoque educativo de la salud consistía en instruir a las gentes en materia de higiene y alimentación para mejorar la salud.

Henry Sigerist, médico experto en Ciencias de la Salud de la Universidad Johns Hopkins, hacia el año 1945, utilizó por primera vez el termino promoción de la salud, y comienza a considerar la salud un derecho humano fundamental con la proclamación universal de los derechos humanos. Posteriormente fue llamada educación sanitaria para hacer referencia a la EpS como la acción de enseñar para prevenir y curar enfermedades. En su libro, Hitos en la Historia de la Salud Pública refiriéndose a la salud escribe: *"la salud es un nivel de vida decente, buenas condiciones de trabajo, educación, ejercicio, descanso y recreación".* (1998). De igual manera presentó el concepto siguiente: *"salud es algo positivo, es una actitud gozosa y una aceptación alegre de las responsabilidades que la vida impone al individuo".* En sus conferencias, el autor, siempre hacia la vinculación entre

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

enfermedad, educación y los factores económicos, sociales, jurídicos históricos, culturales y religiosos; estos factores, posteriormente, son presentados como paradigma en el modelo campos de la salud en relación con los "condicionantes de salud".

Siguiendo con la mirada conceptual en la educación para la salud, se profundiza en el pensamiento de los grupos que han hecho historia y que aun rigen el mundo en materia de salud; en el caso de la OMS, que según Weinstein, L. (1998 pág. 21), en junio de 1946, sesenta y una nación aprobaron la constitución de OMS, incluyendo en la primera página la cláusula que contempla la definición de salud siguiente: *"La salud es un estado de completo bienestar físico, psíquico y social, y no solamente la ausencia de enfermedad o de invalidez".* Carta Magna de la Salud. (1948). El Dr. Brock Chisholm, primer presidente de la OMS enumeró varios puntos que se describen a continuación donde se refleja la orientación soñadora desde la salud: *"El mundo está enfermo y los males se deben a la perversión del hombre".* Se presenta la cualidad de perversión como un impedimento para obtener la salud, el hombre hace la maldad plenamente consciente de su actuación dañina en contra de la ley natural alterando el equilibrio individual y social; esto genera incapacidad, primero de alcanzar la armonía entre el cuerpo y el alma, segundo, de disfrutar de la salud como aquella paz en el silencio de los órganos y del espíritu.

Prosigue el Dr. Brock: la peor enfermedad es la "*falta de capacidad de vivir consigo mismo",* el ser humano es torturado por los barrotes de "*la superstición, la ignorancia, la intolerancia religiosa, la miseria y la pobreza".* Estas condiciones referidas, tanto materiales como psicológicas impiden en la persona el desarrollo humano y espiritual y por tanto el florecimiento de la personalidad. La enfermedad es dependencia, es tristeza, es dolor, preocupaciones e inquietud; mientras que salud es paz, es libertad, es victoria, es bienestar, es equilibrio, es alegría de vivir. De ahí, que la EpS debe ser holística para educar al ser humano en el conocimiento de lo fisiológico, de lo psíquico y en lo espiritual; solamente educando se comprenderán los males citados por el Dr. Brock y en consecuencia se prescribirá la preservación y sanación de la persona. Carta Magna de la Salud (1946).

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

Al parecer el concepto de la OMS es demasiado global y refleja que instituciones encargadas de las políticas de administrar salud a la población están bien lejos del objetivo; se pudiera manifestar que, a 78 años de esta propuesta, se sigue trabajando es para mitigar las enfermedades y no para educar la salud. El 07 de abril de 1948 en Ginebra, Suiza, se constituye la Organización Mundial de la Salud OMS donde estuvieron presentes los presidentes de 194 países integrantes de la ONU. Ese mismo día, Charles André de Gaulle, presidente de Francia en su participación expresó lo siguiente: *"sin salud no puede haber ninguna seguridad material, social o bienestar de individuos y naciones…solo individuos con salud pueden asumir la responsabilidad de un hombre libre".* Desde entonces, el 07 de abril de cada año se celebra el Dia Mundial de la Salud (DMS), cada año tiene su lema y se centra en un problema de salud especifico.

Para muchos críticos del concepto de salud de la OMS, *"La salud es un estado de completo bienestar físico, psíquico y social",* lo consideran con cierta ambigüedad, por cuanto se dice que la salud es bienestar; entendiendo bienestar como que la persona está bien; mientras tanto brota la pregunta: ¿dónde quedan las propias contradicciones de la condición humana, además de los vaivenes sociales y culturales? A esto surge otro interrogante: ¿existe salud cuando un grupo privilegiado tiene bienestar, mientras otras comunidades están en penurias y malestar? Pareciera es una meta inalcanzable, además de no ser pertinente a la auténtica salud. De este análisis del concepto de la OMS, brota otra pegunta: ¿educar para la salud, es educar en lo físico, educar en lo mental y educa en el ámbito social? Son entelequias muy amplias y complejas a la vez; pero de todas está revestido el ser humano como alfa y omega de la salud; y en todas es esencial la educación.

En 1962, se le asigna a la educación para la salud el papel protagónico en los países sud-desarrollados, como la única vía para el desarrollo. De igual manera se aplica en EpS el método de enseñanza – aprendizaje orientando el aprendizaje a las prácticas para la utilización de los servicios públicos. En la década de los años 70, se realizaron eventos significativos en torno a los avances del concepto de EpS como la conferencia internacional

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

para educadores sanitarios, en Paris, donde se le coloca a la EpS un rol protagonista en la "calidad especial de vida". De igual manera, se incorpora la investigación y la evaluación en el proceso de EpS desarrollando técnicas de educación y aspectos de planificación sanitaria con marcado interés por la salud.

La Conferencia de la OMS de 1978, tiene como resultado la Declaración de Alma Atta con la proclamación *"Salud para todos en el año 2000",* en la cual la educación en la salud constituye un componente esencial de atención primaria. En esta conferencia promulgan los acuerdos internacionales para promover y proteger la salud como son: la salud es un derecho humano fundamental con objetivo social, está basada en el principio de equidad, la debe soportar el desarrollo económico, con enfoque comunitario de las condicionantes de salud, es obligación de los gobiernos de cuidar y proteger la salud de las gentes. Cabe mencionar también la Conferencia de Ottawa cuyo lema fue: *"Hacia una nueva Salud Pública".* Esta conferencia centra sus esfuerzos en la promoción de la salud, como arma inmediata a la EpS en todos los sectores y por todos los medios para crear ambientes, bienes y servicios saludables y seguros; además de educar en salud al ser humano para que tome decisiones acertadas en su vida personal, familiar y social.

En Colombia 1992 se lleva a cabo la conferencia internacional de promoción de la salud, en la que se considera la EpS como la estrategia principal para la llegar a la escuela, al trabajo, a los medios de comunicación, a las universidades, a las instituciones y a los propios servicios de salud y comenzar a pensar como desarrollar una cultura de prevención, además de la formación de los profesionales y en la organización de los servicios y el impulso en la investigación sobre la salud aunado al cambio de aptitudes y trabajar conjuntamente con la comunicación y la participación ciudadana. A partir del inicio del siglo XXI, el concepto de salud como "*estado de bienestar físico, mental y social"* se ha universalizado al incluir los aspectos sociales; es visto como un bien que recibe la persona en función del ciclo vital: salud al nacer, salud del niño, del adolescente, del adulto y del longevo. Conseguir la salud tanto individual como del colectivo implica contar con

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

educación al alcance de todos, de paz, de alimentación, de agua, de justicia, de viviendas dignas, de atención primaria, de recreación, de seguridad ciudadana, de centros dispensadores de salud, de transporte, entre otros. Educar para salud es dar cumplimiento a los numerales 7 y 8 de la RAE porque la salud se traduce en *"actos y expresiones cortes";* la salud es también aprender a *"saludar a alguien o desearle un bien".*

La salud, como don preciado de la vida, se puede perder por múltiples causas tanto personales como ambientales. Entre los factores causales están los estilos de vida insanos, edad, desgaste profesional, antecedentes familiares, herencia, genopatía asintomática, infecciones, calor, frio, drogas, alcohol, automedicación; Cabe incluir también el factor socioeconómico de migración, inestabilidad política, pobreza, marginalidad, hambre, estrés, soledad, el exceso de competitividad y los triste episodios de violencia y abuso, dolorosamente tan frecuentes hoy en día contra las mujeres y los niños, trayendo como consecuencia, repercusiones muy graves para la salud física y mental de todos. Serrano, I. (2002).

Son variados los factores que influyen en la EpS, igualmente cantidad de personas que deben ser atendidas y orientadas para que reciban la oportunidad de aprender a amar la vida y la salud. Es alarmante la cantidad de casos de suicidios que se están presentando en Venezuela; según cifras referidas por Psicolatam, en el primer semestre del año 2023, un aproximado del 43% de los cuerpos ingresados en la morgue del Hospital Central de San Cristóbal, están relacionados con el suicidio. Mientras que en Venezuela hasta mayo de del 2023 se han reportado 162 muertes y 32 casos de intento. La OMS y experto autolíticos, tienen una consideración estadística que por cada muerte consumada un aproximado de 20 personas lo intentan, consumiendo el hecho alrededor de 4 personas. El fenómeno del suicidio está considerado como un problema multifactorial de salud pública donde convergen condiciones individuales, familiares, económicas y sociales; según estudio Psidata de UCAB basado en encuestas en los primeros meses de 2023, el 90% de la población está inmerso en una preocupación nacional; el 79% afirman sentir rabia de ver

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

cómo está el país; y el 73% sienten tristeza pensar en el futuro de Venezuela; para el 64% de la población entrevistada el estrés constante viene por la situación económica; aunado a las altas estadísticas por duelo producto del éxodo masivo de venezolanos, generando la consecuencia de inestabilidad emocional en muchas familias. En el 90% de la población, existe un clamor para que se atienda con urgencia la salud mental de las personas; las circunstancias psicológicas del autoconcepto sobre la imagen corporal y su relación con la autoestima, los disturbios de la conducta alimentaria donde intervienen tanto lo fisiológico, lo hormonal, el entorno social, el uso negativo de las redes sociales exacerban en la persona la *"falta de capacidad de vivir consigo mismo"*, desencadenando el desequilibrio en el estado de salud físico y mental del ser humano.

En este siglo en el que se dice que tenemos a nuestro alcance todos los recursos tecnológicos y conocimientos es necesario partir de una pregunta: ¿es posible que tengamos que educarnos para aprender a vivir con salud? Serrano, I. (2002). Se debe establecer las diferencias entre información, educación, opinión y publicidad. Las campañas de información y publicidad, la mayoría de las veces son contraproducentes porque van asociadas a imágenes atractivas de seducción que operan en el inconsciente teniendo como resultado efectos poderosos en las personas vulnerables provocando estilos de vida no saludables. Acá se establece la relación con el numeral 3 de la RAE, que define la salud como *"libertad o bien público o particular de cada uno"*. Responder a la complejidad de educar para la salud amerita dar respuestas tridimensionales porque no ocurre nada en el nivel orgánico sin implicar el nivel psíquico, sociocultural y político. Serrano, I. (2002). La EpS, debe ser una disciplina que ordene las acciones humanas que afectan la salud individual y colectiva y porque es la única manera de generar cambios en el modo de expresar y vivir la vida; es la educación la que cambia y conecta con la evolución y el desarrollo para conquistar la autonomía y tomar decisiones razonables. Mantener la capacidad de elegir es tan importante que influye grandemente en la salud de quienes lo realizan.

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

La EpS es un instrumento dirigido a modificar hábitos y conductas, pero sobre todo a responsabilizar a las personas de su propia salud, en consecuencia, la EpS debe abarcar todas las dimensiones de la persona con un abordaje intersectorial que implica acciones educativas encaminadas a permitir que las personas y las comunidades asuman su empoderamiento en la construcción de condiciones sociales para una vida saludable. En este sentido se debe tener presente la diferencia entre conceptos básicos y científicos, así como la relación entre salud, promoción y educación. Cabe destacar lo complejo de abordar todas las dimensiones del ser humano, para lo cual en este artículo se señala lo indicado en el concepto de la OMS como es lo físico, lo mental y lo social.

Cada dimensión del ser humano es estudiada por especialistas en el tema, por ejemplo, en lo físico, se presenta la sistematización del cuerpo, donde para comprender la anatomía, fisiología y fisiopatología de cada sistema es necesario especializase mediante muchos años de estudio. Mientras que en lo mental y social es igualmente de complejo y extenso la comprensión del funcionamiento y sud-divisiones de cada uno. Tomando en cuenta el numeral 2 de la RAE en cuanto a la definición de salud expresa: es la *"condición física y psíquica en que se encuentra un organismo en un momento determinado"*. De ahí, que la EpS, en la actualidad, debe abordarse mediante el enfoque o paradigma holístico para educar al ser humano en su crecimiento durante las diferentes etapas y dimensiones de vida, de manera, que la mente, el cuerpo, la psiquis y el espíritu, reciban un desarrollo integral, como lo insistía Hipócrates, de manera armónica y responsable.

Para ir proyectando a manera de síntesis los paradigmas, sistemas, modelos y tendencias en salud y sobre todo el despeje del qué hacer de la EpS en la actualidad, se toma como referencia el enfoque del Comité Expertos OMS (1983) que manifiesta lo siguiente: la EpS tradicional bajo el paradigma y enfoque biomédico, concibe la salud únicamente como ausencia de enfermedad, visión positivista que se centra en que la enfermedad es solamente de origen biológico, en consecuencia, es solamente el cuerpo el que se enferma, por tanto, la educación solo va dirigida a prevenir la enfermedad. Mientras

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

que la tendencia actual de la EpS es la concepción holística de la salud, danto importancia a los factores conductuales de las personas y condiciones ambientales como llamados entes determinantes de la salud.

La EpS no debe estar circunscrita a un consultorio o simplemente a reducir factores de riesgo de enfermedad, menos aún a la sola distribución de folletos, una charla, esto no es suficiente para que la gente lleve la información a la práctica. La EpS es responsabilidad de las instituciones educativas de todos los nivele, de centros de salud, lugares de trabajo, locales públicos, comunidades, asociaciones y debe ser impartida por múltiples profesionales (médicos, enfermeras, abogados, ingenieros, periodistas, arquitectos, maestros, docentes, entre muchos), lo suficientemente formados, así como por todos los sectores (educación, salud, economía, agricultura, psicología, medicina, derecho, finanzas, sociales). Una de las formas post-modernas propuestas para impartir la EpS sería bajo un aprendizaje colaborativo entre disciplinas sobre los campos de la salud, con el fin de dar a conocer y compartir conocimiento, experiencias y temas de específicos de interés para un grupo determinado.

Este enfoque además de ser humanista y holístico, es multi e interdisciplinario y extrahospitalario, porque extrae la enseñanza de la salud del ámbito hospitalario, de los consultorios y la rescata de ser un simple eje transversal de aula, para llevarla a las comunidades, a las poblaciones, a las familias, instituciones educativas, a las empresas, a la universidad y a las organizaciones. Ofrecer la EpS como eje transversal en las etapas escolares de primaria y secundaria no es suficiente para obtener el conocimiento de la salud como un importe positivo que conduzca al desarrollo de la responsabilidad propia para gestionar hábitos saludables. La sociedad debe promover la salud en la escuela con la incorporación de conocimientos, actitudes y estilos de vida que ayuden a alcanzar el empoderamiento de la salud como algo transcendental en el modelado de conductas sanas; conjuntamente con métodos para formar futuros ciudadanos capaces de examinar y evitar

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

riesgos que pudieran afectar la salud y donde la EpS sea un instrumento para el desarrollo de una mentalidad saludable y consciente.

Se pudiera considera que las aulas son escenarios ideales para la EpS siempre y cuando esté estructurada y programada para que acompañe a la persona durante su desarrollo humano. Pareciera que la salud solamente se valora cuando se pierde, hay una evocación de: "salud, dinero y amor", pero se trabaja por obtener dinero, se buscar el amor, pero no se hace lo suficiente por repotenciar los mejores niveles de salud del cuerpo y del alma; la atención primaria en salud también marcó la pauta en cuanto a que la atención de la salud se dispensará por niveles de complejidad, teniendo un alto valor la prevención primaria, y que al hospital solo fueran referidos los casos que verdaderamente lo necesitaban. Otro de los paradigmas es la medicina comunitaria, como una forma de ética solidaria de sectores intelectuales cuya prioridad era la participación comunitaria y el liderazgo del profesional de la salud.

En el Paradigma moderno científico, aparece el pensamiento moderno paralelo a un sistema económico liberal inmerso en memorias sociales. Los servicios de salud también están marcados por el mercado, con ofertas o intercambio de bienes y servicios, a veces movilizado por el lucro de los profesionales de la salud. Para algunos estudiosos del tema es un modelo dominante, también llamado biologicista, biomédico y hegemónico. Es un enfoque que expresa la ciencia moderna en salud, fundamentándose en la racionalidad, la objetividad y la verificación, tanto empírica como técnica. Encabeza los servicios de salud la iniciativa privada, la competitividad y la innovación. La sociedad yace divida en estratos sociales, unos disfrutan de la medicina lucrativa, mientras otros deben acogerse a lo que les ofrece el sistema publico de salud. Se atiende la enfermedad y no la salud.

En las tres décadas del siglo XXI el paradigma moderno científico ha acrecentado su dominio, apabullando los esfuerzos de la atención primaria en salud y de los incipientes movimientos por extender el paradigma social, el cual se ve sin espacio por aquello de que el mundo se mueve por el pensamiento liberal aunado a la globalización. Este paradigma

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

también centra sus esfuerzos en la investigación genética; promete y afirma que en el ADN está la respuesta a la prevención de las enfermedades y al mejoramiento del bienestar tanto físico como psicológico y social. Este enfoque sigue un modelo de educación especifico, que fue el propuesto por Abraham Flexner basado en las ciencias básicas de anatomía, fisiología, bioquímica, farmacología, histoembriología, bacteriología y la patología, instalado con largos períodos de estudios clínicos dentro de los hospitales docentes. Los medios de curación son cada día más sofisticados, así como los tratamientos y la tecnología quirúrgica, desarrollando un sistema de mercado e industrialización de la salud con costos cada vez más crecientes. Este modelo está inmerso en un proceso económico, comercial y cultural, sin embargo, existen movimientos por uniformar y centralizar la producción científica, pero los centros universitarios de la salud son las grandes legitimadoras del pensamiento dominante socializando un modelo de ciencia, de profesión y de conocimiento que no permite la emancipación intelectual ni mental.

A manera de variante, desprendida del modelo moderno-científico dominante, se desarrolla el paradigma llamado campos de la salud, propuesto por Hubert Lafromboise, el cual se ha extendido de manera rápida por todo el mundo. Es presentado como superior a los paradigmas anteriores y de alto nivel científico. Ha surgido en estratos sociales muy desarrollados, con tecnología avanzada y donde se ostenta un bienestar material. Este modelo propone cuatro campos de salud que explican el proceso de salud y enfermedad, a saber: a) estilos de vida; se refiere a las pautas de vida personal vinculada a expresiones socioculturales, psicología, valores, elecciones de conducta dentro de un grupo social. Este enfoque, responsabiliza principalmente al individuo de su situación de salud, considerando que el ser humano es más sensible de educar y modificar en su conducta. Este campo de la salud “estilos de vida” es muy atractivo y a la vez, de alto riesgo, por cuanto en la sociedad del hiperconsumo se puede provocar conducta inadecuadas que favorecen el desarrollo de enfermedades crónicas y degenerativas como la obesidad, la hipertensión arterial, el infarto, el estrés, la depresión, las adicciones, entre otras. El principal actor en este modelo es la

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

persona, la cual debe adquirir la suficiente educación en salud para que sus estilos de vida le retribuyan una vida totalmente saludable y longeva. Otro de los campos de la salud en este paradigma, b) es la organización de los servicios de salud; se refiere a las políticas, el acceso, el financiamiento, la calidad y el equipamiento de los servicios conjuntamente con la calificación de los profesionales de salud. El tercer campo, c.) se refiere, a la biología humana, que implica la herencia, la inmunidad, el envejecimiento saludable, así como los sistemas internos del cuerpo; se piensa con este modelo llegar, mediante la investigación genética a intervenir y mejor la calidad de la salud. Como cuarto campo, el d) es el medio ambiente, que se refiere a la contaminación del planeta, al aire, al suelo, a las aguas a través de mecanismos químicos, físicos, biológicos, sociales y culturales.

Este paradigma de los campos de la salud está en franco crecimiento en los distintos ámbitos internacionales, entre los investigadores y en los profesionales de la salud. A nivel académico es uno de los modelos más completos y modernos; aunque, también están las tensiones por la aplicabilidad de este paradigma en los países mal administrados y en consecuencia menos desarrollados. En este caso, el enfoque de estilos de vida se sustituye por los "determinantes sociales de la salud", o en su defecto, "determinantes de salud" como temas inclusivos en los conceptos de paradigmas; también está asociado al término "condicionantes de salud" los cuales se utilizan en el modelo histórico estructural para explicar una realidad desde una dimensión económica, la cual marca ciertas relaciones sociales y políticas. También los "determinantes de la salud" son llamados por algunos como una forma para integrar los cuatro campos de salud presentes en este paradigma.

El paradigma integral- holístico, ve la salud como un estado armónico en equilibrio considerando a las personas en todas las dimensiones, es decir: dimensión física, intelectual, espiritual, psíquica, social, emocional, moral, religiosa, cultural y con la energía propia de la persona. En consecuencia, la EpS bajo este paradigma se transforma en aprendizaje significativo y colaborativo de alto valor para el desarrollo integral humano, capacitando a quien lo recibe para vivir aprendiendo, bien sea de manera autónoma o formal, marcando

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

una profunda consciencia de sabiduría, voluntad y amor. Este enfoque, bajo un modelo de salud interdisciplinario, social, familiar, global, e integral, comprende desde la importancia del buen nacer, es decir, posible uso de la eugenesia positiva mediante la prevención de problemas de salud adquiridos durante la vida uterina, hasta la reducción de alteraciones hereditarias, de manera que es altamente relevante pensar en el niño antes de que nazca.

En este paradigma integral-holístico además de considerar al ser humano en todas sus dimensiones es pensar partiendo de la complejidad de la persona humana, siendo conscientes que no se puede reducir la salud a algo puramente biológico. De quedarse solo con la dimensión biológica, los profesionales de la salud estarían aproximándose a la práctica únicamente de los cuerpos, estableciendo poca diferencia con los médicos veterinarios. Bajo este paradigma integral-holístico, la EpS va más allá de cuidar y tratar bien el cuerpo, es ver todo el aspecto de la corporeidad, es el ser humano entero, donde el cuerpo no es la cárcel del alma, sino una evocación que vincula la dimensión relacional con el campo de la salud mental; entendiendo la salud mental, no como mera ausencia de patologías psíquicas, sino como el empoderamiento de las propias cogniciones, ideas, teorías y modos de interpretar la realidad libre de prejuicios y de visiones sesgadas de las cosas y de la misma vida. La esencia de este paradigma es educar en salud relacional donde la persona aprende a relacionarse bien y con respeto consigo misma, como producto de la vivencia armónica en relación con su propio cuerpo promoviendo el autocuidado, la belleza, la cortesía, la autoestima, la sanación profunda de si mismo cuando vive en paz con su "ser polvo" en relación positiva del cuerpo con el alma, como manejo responsable de los sentimientos, emociones, deseos y pensamientos, educándolos de manera asertiva y positiva; desde estos dos peldaños, el cuerpo y el alma completamente integrados, el ser humano holístico intenta generar la salud espiritual, es decir, "hacer alma" desde la conciencia de ser trascendental, del verdadero yo profundo, desde el conocimiento del más allá, desde la búsqueda de respuestas a ¿Quién soy realmente?, ¿cuál es el sentido de mi vida?, a dónde iré después de la muerte?, ¿dónde estaba yo antes de nacer?, ¿qué es la

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

felicidad?, ¿en qué está la eternidad?. La persona espiritual es un ser humano libre de sí mismo, que se desojada de las condiciones humanas como el orgullo y la soberbia para transformarse en imagen de Dios, con la cual se selló a la persona desde su creación.

Finalmente, para ir cerrando este recorrido del concepto de salud desde la medicina hipocrática hasta la actualidad, se presenta el paradigma de la psiconeuroinmunología, con una concepción holística de la condición humana que reprueba el paradigma biomédico. Es un nuevo enfoque científico interdisciplinario que estudia la salud desde la interconexión entre el sistema nervioso, la mente, el sistema inmune y el endocrino y cómo afecta el estrés el funcionamiento de cada sistema. En este enfoque psiconeuroinmunoendocrinológico la importancia de la EpS es la prevención de las enfermedades autoinmunitarias, es pensar en como la mente o las cogniciones pueden afectar el sistema inmune y modificar las capacidades para mantener un buen estado de salud y por el contrario generar enfermedades como resultado de los pensamientos.

Se dijo al inicio del artículo que la investigación comprendería una leve inclinación a resaltar la importancia de la alimentación para la salud en todas las épocas investigadas; en este sentido, por interés de la autora y haciendo seguimiento a la recomendación Hipocrática de que *"tu medicina sea tu alimento y tu alimento sea tu medicina",* se dedican uno o dos párrafos a la alimentación biocompatible y también porque estos postulados actuales están en consonancia con los paradigmas de salud holísticos integrales.

El descubrimiento de las vitaminas y nutrientes, perteneciente al paradigma central del modelo analítico, basado en el análisis de las propiedades de los alimentos y del suministro de calorías proporcional al gasto calórico dentro de los hábitos de vida de la persona; sin embargo, este modelo resultó eficaz para evitar enfermedades por falta de nutrientes, pero no es preventivo en otras enfermedades como las cardiovasculares, hipertensión, cerebrales, cáncer, diabetes, entre otras. El nuevo modelo para una vida saludable se ha acentuado en la última década bajo el nuevo paradigma de comer según nuestro código genético. García (2018), considera que este paradigma de la alimentación

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

biocompatible, ha logrado impactar positivamente en la prevención de las enfermedades que matan a la persona; implementar esta orientación bajo el enfoque de EpS es enseñar al ser humano a convertir los alimentos en poderosos medicamentos. Este nuevo modelo de salud coloca en la punta del iceberg a la alimentación, como modelo de los modelos para alcanzar un excelente funcionamiento del cuerpo, de la mente y del espíritu; alcanzando el disfrute de una vida plena, tejida con momentos saludables y felices.

CONCLUSIONES.

El cierre de este artículo se centra en tres ideas. La primera reflexión acerca de la frase siguiente: "*La peor enfermedad es la falta de capacidad de vivir consigo mismo*". En el templo de Apolo ubicado en Delfos, en el frontis, había un escrito *"conócete a ti mismo"*, esta frase viene del siglo V a.C. Ahora bien, estableciendo relación entre las dos frases se podría decir: que *la peor enfermedad es la falta de conocimiento de sí mismo;* entonces es necesario que la persona se conozca en una triple dimensión, primero conocer su dimensión corpórea, (genética, herencia, hormonas, glándulas); en una segunda dimensión conocer lo que ocurre en su mente (pensamientos, voz interior, inclinaciones, ideas, recuerdos, traumas); como tercero, conocer que sucede en el alma, en su espíritu (creencias, apegos, afectos, voluntad, virtud). Lograr este conocimiento, es alcanzar, además, de la victoria y la gloria, descubrir el tesoro escondido en lo más hondo del corazón para empoderarse de la plenitud humana y espiritual. Es librarse de esa peor enfermedad que es la falta de conocimiento de sí mismo. Y ¿cómo se llega al conocimiento de sí mismo?, se llega con educación dirigida a formar personas desarrolladas de manera integral para alcanzar vidas saludables y felices.

La segunda reflexión conclusiva es acerca del término *salud.* Para los griegos, la forma más cercana de expresar salud era *yeia*, y a su vez saludaban con un *Xaipe*, es decir ¡alégrate! o ¡regocíjate! Si se escudriña el termino salud desde el verbo latín significa:

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

salvus, que es completo, entero, intacto; a su vez, expresa que salud es la *salvación de cuerpo y de alma;* así mismo anuncia el *salutare*, que es desear salud, *salutem dicere.* En este mismo orden de ideas se resaltan los términos *saludar o saludos*, que son gestos de cortesía, de respeto y aprecio hacia otra persona. En consecuencia, al evocar ¡*salud!* se está proclamando el equilibrio, la estabilidad, la armonía entre todas las dimensiones que integran a la persona y su entorno. Salud es: *todo está en orden*. Parafraseando esta frase, sígnica que salud es: el cuerpo, el alma, la mente, la psiquis, el intelecto, la familia, la comunidad y el entorno están en orden. Uniendo esta idea con la revisión bibliográfica para el artículo se puede traer la semejanza desde el primer concepto hipocrático de salud donde se destaca que salud es la armonía entre el cuerpo, el alma y la naturaleza.

La tercera idea conclusiva es acerca de la educación que va desde el seno materno hasta la muerte del ser humano. A las personas que están inmersas en el mundo de la enseñanza se les hace una invitación a avivar el impulso para pensar en la EpS con ambición desde el tópico que le corresponda; la educación es un arma muy efectiva para modificar las conductas y lograr que el potencial de salud en todos los estratos sociales donde se juega con la salud real de los individuos y comunidades. Es buscar primero institucionalizar la EpS para educar paralelamente a la persona en los grandes bloques de salud como son: salud somato-fisiológica, salud psíquica-mental y la salud pública con un abordaje intersectorial que implica acciones educativas encaminadas a permitir que las personas y las comunidades asuman su empoderamiento en la construcción de condiciones sociales para una vida saludable.

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

REFERENCIAS

Aguilar, I., Galbes, H. (1976). *Tratado de medicina moderna.* 1ª. Edición. Editorial Interamericanas. California. EE. UU de N.A.

Amezcua, M. (2023). *Antropología de los cuidados: Tiempo y espacio en el afrontamiento de la enfermedad*. Granada. España http://www.fundacionindex. com/ gomeres/?p=3404

Amezcua. M. (2018). *Historia y pensamiento enfermero. III. El cuidado de la salud en la edad media*. (material docente) Granada: cátedra de index de investigación en cuidados de la salud. UCAM. https://www.fundacionindex. com/gomeres/ ?tag=edad-media

Amezcua. M. (2005). *Historia de la enfermería*. Temperamentum. Revista Internacional pensamiento enfermero. https://dialnet.unirioja.es/servlet/revista?codigo=26646.

Fortuny, M., Gallego, J. (2023). *Investigaciones y experiencias. Educación para la salud*. Revista de Educación. Ministerio de Educación y Formación Profesional Español. https://www.educacionyfp.gob.es/revista-de-educacion/inicio.html

Bastidas, R. (2007(. *La erradicación de la malaria en el estado Mérida*. 2da. Reimpresión. Consejo de Publicaciones. Universidad de los Andes. Mérida, Venezuela.

Bermejo, J. (2008). *Hacia una salud holística*. Artículo. Madrid. España. https://www.josecarlosbermejo.es/wp-content/uploads/2018/04/articuloes

Brunner y Suddart. (2005). *Enfermería medicoquirúrgica*. 10ª. Edición. Ediciones McGram-Hill Interamericana Editores. México.

Calvo, D. (2021). *Medicina y filosofía.* Revista médica la paz. Vers. On-line. Vol. 27. Bolivia. http://www.scielo.org.

Campohermoso, O., Soliz, R. y Zúñiga, W. (2014). *Hipócrates de Cos, Padre de la Medicina y de la Ética Médica*. Revista cuadernos Hospital de Clínicas. Vol.55. N° 4. La Paz. Bolivia. http://www.scielo.org.

Córdoba, R. (2008). *Génesis y esencia de la medicina*. Universidad de la Sabana. Revista persona y bioética. Vol. 12. N° 2. Bogotá. Colombia. http://www.scielo.org.

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

Cruz, J. (1991). *Alimentación y Cultura: antropología de la conducta alimentaria*. Edición ilustrada. Editorial Eunsa. Universidad de Navarra, S.A. España.

Ciencias de la salud. (agosto2018). *Educación para la salud: definición y métodos fundamentales*. Expertos VIU. Universidad Internacional de Valencia. https://www.universidadviu.com

Ciencias de la salud. (septiembre 2018). *Promoción de la salud: definición, objetivos y ejemplos*. Expertos VIU. Universidad Internacional de Valencia https://www.universidadviu.com

García, R. (2018). *Alimentación biocompatible*. 1ra. Edición. Editorial Armonía y plenitud. México.

Henry Barrios (2017). *Salud holística o integral.* Blog. Mérida. Venezuela. https://www.educacionysaludholistica.org.

Hermosin, M. (1996) Tratados Hipocráticos. Alianza Editorial. España. https://www.alianzaeditorial.es/libro/el-libro-de-bolsillo-lb/tratados-hipocraticos-maria-del-aguila-hermosin-bono-9788420608150/

Hernández, A., Cuartas, Y., Herrera, L., Roldan, M., Martínez, L. (2021). *Etnoeducación: educación para la salud desde la diversidad cultural*. Revista Universidad Pontificia Bolivariana. Medellín. https://revistas.unab.edu.co/index.Php /medunab /article/view/3899.

Hernández, A., Nieto, J., Hernández, C., Hernández, P. (2023). El constructo binomial «cuidados en salud-educación» en la épica norteamericana del Western, como realidad geopolítica. Revista Temperamentvm. Vol. 19. Edición continua. https://ciberindex.com/index.php/t/article/view/e14498

Hernández. D. (2018). ¿Qué es salud? Hipócrates. https://fundacioncentrohistorico.com

Jaramillo, J. (2020). Historia y filosofía de la medicina moderna. Edición digital. Editorial UCR, Universidad de Costa Rita. San José. Costa Rica. https://editorial.ucr.ac.cr/cienciasmedicas/item/download/241_3398655efed6b6c298e2e3725b96d36f.html

Jaramillo, J. (2022). *Hipócrates: enseñanzas y legados en la medicina moderna*. 1ra. Edición. Editorial Nacional de Salud y seguridad Social (EDNASSS). Costa Rica. https://www.binasss.sa.cr/hipocrates.pdf

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254

Laín, P. (2012). *La relación médico-enfermo: Historia y teoría*. Revista de Occidente. Ediciones Castilla, S.A. Madrid. https://www.cervantesvirtual.com/portales/editores editoriales_iberoamericanos_en/obra/la-relacion-medico-enfermo-historia-y-teoria/

Laín, P. (2012). *La medicina hipocrática*. (HTML). Alicante. Barcelona. España. https://www.cervantesvirtual.com

OVV. (2023). Observatorio Venezolano de Violencia. Informes Observatorios Regionales. https://observatoriodeviolencia.org.ve/

Torrealba, Y. (2023). Programa de apoyo y redención autolítica. Coworking de salud mental/Psicolatam. San Cristóbal. Táchira.

Rojas, Mariam. (2023). *Conectar de forma sana con tu entorno, es un gran antinflamatorio natural para el cuerpo*. Poscast de audio. http://www.youtube.com/

Rojas, Mariam. (2021). *Encuentra tu persona vitamina*. Editorial Espasa. https://www.planetadelibros.com/libro-encuentra-tu-persona-vitamina/329152

Real Academia Española (2014).

Serrano, I. (2002). *La educación para la salud del siglo XXI. Comunicación y salud*. 2a. Edición. Editorial Diaz Santos. Madrid. España.

Thiere, J. (2016) *Medicina en la Antigua Grecia. De los dioses a Hipócrates*. Boletín Sociedad argentina de Cardiología. SAC Móvil. https://www.sac.org.ar/historia -de-la-cardiologia/medicina-en-la-antigua-grecia-de-los-dioses-a-hipocrates/

Vega, L., García, H. (1976). *Bases esenciales de la salud pública.* Prensa medica mexicana. Editorial Cámara Nacional de la Industria. México. D.F.

Villalba. M. (1998). *Un Hombre de fe y acción.* Publicaciones Monfort. C.A. Caracas.

Weinstein, L. (1978). *Salud y autogestión.* 1a Edición. Editorial Nordan. Montevideo.

ISSN Impreso: 2477-9415
ISSN en Línea: 2477-9415
Depósito Legal: pp 200602TA2254