

Rogelia Perea Quesada

**EDUCACIÓN PARA LA SALUD
Y
CALIDAD DE VIDA**



ÍNDICE DE CAPÍTULOS

Autores	IX
Presentación	XI
1. Bases conceptuales de la educación para la salud y la calidad de vida	1
<i>Rogelia Perea Quesada</i>	
2. La salud y su perspectiva holística	25
<i>María del Carmen Ortega Navas</i>	
3. Orientaciones educativas para la salud alimentaria	47
<i>Rogelia Perea Quesada</i>	
4. La actividad física: factor clave para un estilo de vida saludable	69
<i>M.ª Ángeles Hernando Sanz</i>	
5. Educación emocional y salud	93
<i>M.ª del Carmen Ortega Navas</i>	
6. Espacios educativos para un desarrollo saludable	119
<i>Rogelia Perea Quesada</i>	
7. Nuevos retos de la educación para la salud en las personas mayores	149
<i>M.ª Rosario Limón Mendizábal</i>	
8. La promoción de la salud en el desarrollo comunitario	179
<i>M.ª Ángeles Hernando Sanz</i>	
9. Mediación y resolución de problemas	205
<i>M.ª Ángeles Hernando Sanz</i>	
10. Fundamentos y etapas del método etnográfico	229
<i>Emilio López-Barajas Zayas</i>	
Glosario	249

Rogelia Perea Quesada, Profesora Titular de Universidad y directora de la línea de investigación *Educación para la Salud*, en el Departamento de Teoría de la Educación y Pedagogía Social de la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED). El eje central de su actividad investigadora se centra en la Pedagogía social, en su dimensión de atención a los problemas humanos y sociales de salud, aspectos teóricos e interdisciplinares de la Educación para la Salud y en la Enseñanza a Distancia. Coordinadora de la Red de Investigación en Educación para la Salud. Ha dirigido diversos proyectos de investigación relacionados con esta temática y también ha impartido docencia y presentado ponencias en diversas universidades nacionales y extranjeras sobre temas relacionados con las líneas de investigación mencionadas.

Emilio López-Barajas Zayas, Catedrático de Universidad en Fundamentos de Metodología Científica, Director del Máster en Formación de Formadores, virtual y modular, título propio que imparte la UNED; Director del Grupo de Investigación Consolidado en *Educación Interdisciplinar para la Formación de ciudadanos*, y Coordinador de la *Red de Investigación en Educación Permanente*; colaborador del grupo de investigación “Ciencia, razón y fe” de la Universidad de Navarra. Está en posesión de la Orden al Mérito Institucional del Consejo Mundial de Educación por “*su valiosa contribución a la paz mundial, a la comprensión entre los pueblos y a la elevación cultural y educativa de las naciones*”, dado en Santiago de Chile a 25 de abril de 1996; Miembro de la Philosophy of Education Society of Great Britain y la American Educational Research Association; y autor principal de más de cuarenta obras.

M^a Rosario Limón Mendizábal, Profesora Titular de Pedagogía Social del Departamento de Teoría e Historia de la Educación de la Facultad de Educación de la Universidad Complutense. El eje central de su actividad investigadora se centra en la Educación de las Personas Mayores. Ha impartido diversos cursos monográficos de doctorado sobre la acción socioeducativa en las personas mayores para un envejecimiento activo. Ha participado en numerosos congresos, seminarios, cursos de verano y cursos de especialización en Educación Social: Educación de personas adultas y mayores; Ocio y animación sociocultural; Educación para la Salud. Ha publicado diversos trabajos científicos relacionados con esta temática.

M^a Ángeles Hernando Sanz. Profesora Titular en la Universidad Nacional de Educación a Distancia. Su actividad investigadora se centra fundamentalmente en la animación sociocultural dentro del ámbito de la Pedagogía Social y en el diseño de programas de intervención. Algunos títulos de sus publicaciones son:

Estrategias de educación en valores; Métodos e instrumentos para el análisis de la realidad, Participación de la mujer en la sociedad; Los valores núcleo esencial de una educación integral del adolescente.

M^a del Carmen Ortega Navas. Profesora Contratada Doctor en la Universidad Nacional de Educación a Distancia. Doctora en Filosofía y Ciencias de la Educación por la Universidad Nacional de Educación a Distancia. Actualmente desempeña su labor docente e investigadora en el Departamento de Teoría de la Educación y Pedagogía Social de la Universidad Nacional a Distancia. El eje central de su labor investigadora se encamina a la Educación para la Salud y la Formación de Formadores en el ámbito de la Educación Permanente. Actualmente imparte docencia como profesora de los cursos de postgrado de Especialista en Educación para la Salud y Experto, Especialista y Máster de Formación de Formadores de la UNED.

Actualmente asistimos a una nueva cultura de la salud donde las necesidades sanitarias de la población y las vías de acceso para cubrir estas necesidades trascienden los tradicionales campos de la medicina. Este nuevo concepto de salud acoge al hombre en su totalidad, en una realidad humana (socioeconómica, psicosocial, ambiental, étnica) inseparable de su realidad biológica-ecológica.

Por otra parte, la calidad de vida presenta un carácter multidimensional, es un concepto amplio relacionado con el bienestar social y el desarrollo humano. Integra la salud física, el estado psicológico, las relaciones interpersonales, la autonomía, las creencias, los valores y el contexto donde se desarrolla la persona.

La educación para la salud y la calidad de vida tienen como finalidad la mejora cualitativa de la vida humana, por lo que manifiesta un sentido positivo de ayuda y potenciación de la persona para la gestión de su propia salud, promoviendo los cambios ambientales adecuados y el desarrollo de comportamientos que lleven hacia formas de vida más saludables.

El carácter multidimensional de esta disciplina, la diversidad de funciones y relaciones, tanto internas como externas de la persona, ponen de relieve la riqueza y complejidad del ser humano, por lo que no sería posible abordar esta amplia temática en un solo texto, por tanto lo que pretendemos exponer de forma reflexiva y sistemática son algunos temas que sirvan como elementos básicos de formación para el educador social.

Los contenidos del texto se han estructurado en diez capítulos.

El primer capítulo, *Bases conceptuales de la educación para la salud y la calidad de vida*, analiza una serie de conceptos básicos que delimitan el objeto central de la disciplina; el concepto de salud es abordado en un sentido de salud positiva, engloba una serie de acciones de la población, de los servicios de salud y otros servicios sociales, y también considera la importancia de satisfacer las necesidades básicas de la persona junto con otras aspiraciones nobles. *La salud y su perspectiva holística* es un tema crucial ya que se sitúa en un nuevo paradigma de salud integral; con el término holístico se abarcan las dimensiones: física, intelectual, social, antropológica, emocional, espiritual y religiosa de la persona en una relación interdependiente y armónica con todos los reinos de la naturaleza y el cosmos en la gestión de su propia vida y de sus recursos.

La EpS (Educación para la Salud) debe tener como objeto de atención a todos los miembros de la sociedad ya que la salud es un derecho de la persona reconocido por la Declaración Universal de Derechos Humanos y por la Constitución española (Art. 45.2). No obstante, las necesidades de los individuos y grupos humanos son muy diferentes, lo que justifica que cada día surjan nuevos espacios educativos para satisfacer las necesidades de salud de los diferentes grupos sociales, por lo que el tema *Campos emergentes de intervención* estudia distintos ámbitos. La familia es considerada como principal espacio educativo para el desarrollo de comportamientos saludables, ya que desde una perspectiva antropológica es el primer contexto al que ha de adaptarse el neonato. Esta garantiza la supervivencia física mediante los cuidados necesarios para su desarrollo vital, se analizan algunas

cuestiones relevantes de la institución familiar, así como la incidencia que ésta tiene en un desarrollo sano y equilibrado de sus miembros. Otro de los principales contextos para el desarrollo de actividades de EpS es la escuela, ya que interviene con personas en un periodo de formación física, psíquica y social en el que poseen una gran capacidad para el aprendizaje y asimilación de hábitos; se destaca la importancia del centro como escuela promotora de salud. El ámbito laboral se considera como otro campo emergente importante, que requiere una especial atención por el alto índice de morbilidad relacionada con este entorno; se subraya la importancia de la formación, por parte tanto del empresario como del trabajador, para afrontar nuevas demandas y retos de forma más eficaz; de igual forma, considera la necesidad de establecer unas normas jurídicas que acoja una nueva cultura de la prevención.

Nuevos retos de la educación para la salud en las personas mayores considera a estas como miembros activos de la sociedad y contribuyentes al desarrollo humano; el tema se estudia desde una perspectiva holística de la salud, destacando el modelo de los determinantes de la salud como el de mayor aceptación actualmente por ser el más amplio y comprensivo, y acomodarse mejor a la multiplicidad de los factores que intervienen en la pérdida de la salud actualmente. *Educación emocional y salud*, se estudia en relación con el bienestar y calidad de vida, destacando su importancia para la acción y la relación interpersonal. *Orientaciones educativas para la salud alimentaria, y la actividad física: factor clave para un estilo de vida saludable*, son considerados como temas fundamentales en educación para la salud, por su incidencia en el desarrollo psicofísico del ser humano y en la prevención de numerosas enfermedades; la actividad física y la alimentación son conductas básicas que están presentes a lo largo de toda la vida de la persona, numerosas investigaciones evidencian su conexión con efectos positivos sobre la salud y la calidad de vida.

Mediación y resolución de problemas, como método, hace referencia a procesos de tipo cognitivo, afectivo y conductuales por los cuales las personas, a través de una serie de técnicas y habilidades, llegan a solucionar los conflictos originados en los contextos sociales y de acción. Es un proceso cognitivo en el que se pone de relieve la creatividad y la originalidad, para encontrar respuesta a situaciones nuevas. *La promoción de la salud en el desarrollo comunitario* se considera como un proceso de trabajo en común y participativo para reducir los factores de riesgo y reforzar aquellos factores que puedan prevenirlos. Finalmente, *El método etnográfico* es considerado como uno de los modelos de investigación cualitativa más adecuado para profundizar en el conocimiento de las nuevas sociedades, facilita la investigación en la modalidad preferentemente cualitativa. Esta forma de indagación, heurística, que podemos llamar a la aproximación etnográfica, encuentra en los momentos actuales un lugar preferente en la educación para una vida sana a causa de la mundialización de las organizaciones, la movilidad social, y la existencia de comunidades multiculturales.

BASES CONCEPTUALES DE LA EDUCACIÓN PARA LA SALUD Y LA CALIDAD DE VIDA

1

Rogelia Perea Quesada

INTRODUCCIÓN. EDUCACIÓN PARA LA SALUD Y PROMOCIÓN DE LA SALUD: El concepto de educación. El sentido del término salud. Educación para la salud. Promoción de la salud. **SALUD Y CALIDAD DE VIDA:** Concepto y definiciones. Dimensiones de la calidad de vida. Salud y sostenibilidad. Autoestima y salud. **RESUMEN. BIBLIOGRAFÍA.**

INTRODUCCIÓN

El desarrollo científico y tecnológico alcanzado en los últimos años ha solucionado numerosos problemas relacionados con el bienestar pero no ha conseguido hacer frente a las llamadas “enfermedades del progreso”. Los cambios epidemiológicos o transición epidemiológica han reemplazado en los países desarrollados a una serie de enfermedades infecciosas clásicas (cólera, paludismo, diarreas infantiles, etc.) por otras patologías como son las enfermedades crónicas (cardiovasculares, cáncer, etc.) y las llamadas “enfermedades del progreso” sida, alcoholemia, drogodependencia, estrés. Según datos recogidos del Ministerio de Sanidad y Política Social (*Indicadores de salud*, 2009), gran parte de la mortalidad en España se debe a cuatro enfermedades crónicas: cáncer, enfermedad isquémica del corazón, enfermedad cardiovascular y diabetes mellitus. Por tanto, podemos considerar que estas enfermedades constituyen un importante problema de salud en nuestro país, al igual que en la mayoría de los países desarrollados.

La mayoría de estas enfermedades crónicas comparten varios factores de riesgo, el tabaquismo, el consumo excesivo de alcohol, la hipertensión arterial, la alimentación inadecuada, la obesidad o la inactividad física son comunes a muchas de estas enfermedades. Con estas nuevas patologías entramos en una nueva etapa de la historia de la salud pública, “segunda revolución”, donde los problemas sanitarios de la población trascienden los tradicionales campos de la medicina y requieren para su prevención un tratamiento educativo. Estudios realizados por el Center for Disease Control de Atlanta manifiestan que cuando se supera el primer año de vida (periodo en el que los factores biológicos son muy importantes) la proporción de la mortalidad determinada por los estilos de vida aumenta considerablemente, acercándose a un 50%.

Esta nueva etapa en la historia de la salud pública nos aproxima a una nueva cultura de la salud que acoge al hombre en su totalidad, no solo en su dimensión

física sino psicosocial y sociocultural, y nos sitúa no tanto en un plano individual y aislado sino en un plano integrador de la sociedad y el hombre, exigiendo por tanto, una responsabilidad individual y social, pues el propio estilo de vida, aún perteneciendo a la conducta privada y a la responsabilidad personal y libre, trasciende en cuanto a la realización de sus actos a otros individuos y a la sociedad en general. Por otra parte, es cierto que sin la cobertura social mínima, abastecimiento de aguas y saneamiento de las mismas, acceso a la cultura, alimentación, vivienda digna, etc., no es posible vivir en salud.

EDUCACIÓN PARA LA SALUD Y PROMOCIÓN DE LA SALUD

La lucha del hombre por la salud es una constante de todos los tiempos y en todas las sociedades. La historia de la humanidad ha mostrado desde tiempos inmemoriales una gran preocupación por la salud y su transmisión, no obstante, la evaluación sistemática y científica es relativamente reciente.

Definir conceptualmente qué es la Educación para la Salud exige previamente analizar los dos vocablos que integran esta expresión, sobre todo si queremos ser exhaustivos en todas sus funciones e implicaciones, ya que acoge al hombre en su totalidad así como también en su contexto, en su doble dimensión tanto ecológica como social.

EL CONCEPTO DE EDUCACIÓN

La educación hace referencia al hombre en un sentido holístico, considerando también su contexto social, de donde surge la complejidad al pretender una conceptualización de dicho término. El niño al nacer es un ser vulnerable pero con una gran capacidad para el aprendizaje, “nacemos sólo con disposiciones y no con conductas ya hechas, por lo que la conducta humana es mucho más plástica, y se adapta a las cambiantes condiciones de vida, tales como dietas muy diferentes, condiciones ambientales de calor o frío muy extremas, costumbres y prácticas sociales muy variadas” (Delval, 1994). Por otra parte, las posiciones teóricas respecto a su sentido son diferentes, así como la escala de valores de los respectivos autores, de aquí que unos pongan su énfasis en unas u otras de sus notas características.

Las definiciones de *educación*, cuando se analiza su contenido, consideran, entre otras, las siguientes notas o características diferenciales: referencia al hombre, intencionalidad, optimización (mejora o perfeccionamiento), procesual (comunicación, relación), desarrollo de las facultades o aptitudes humanas (realización personal, individualización), socialización (transformación social, apertura, compromiso), ayuda, servicio o auxilio, búsqueda de la felicidad (López-Barajas, 2000).

Los animales pueden cambiar e incluso mejorar con el adiestramiento, las plantas sometidas a un cultivo cuidado producen abundantes frutos, pero solo el hombre puede reflexionar sobre sí y su entorno, solo él puede "estar presente" ante sí mismo e interrogarse sobre el modo de mejorar la realidad. La racionalidad humana permite la generación de la cultura, la integración de los conocimientos, los modos de relación y

formas de vida, el lenguaje, el trabajo, la autonomía y la libertad. La transmisión de esta cultura, la mejora de la sociedad y de los hombres se hace a partir de la educación. Por consiguiente, una nota o característica diferencial será, por obvio que parezca, la *referencia al hombre*.

Encontramos en "toda manifestación pedagógica y educativa un trasfondo cultural, una concepción del mundo y del hombre, una ideología tal vez, más o menos explícita. La pedagogía, al hacerse consciente de ello, debe partir fundamentalmente de una antropología filosófica, científica y cultural; debe examinar críticamente el problema de los fines y valores de la educación, de las pautas y patrones que rigen el proceso educativo, justipreciando su alcance vital y humano, su entronque social y cultural, y fundamentando crítica y racionalmente –en un plano de evolución constante– su importancia formativa" (Sanvisens, 1984).

Es por esto que la noción genérica de aprendizaje en cuanto expresa sin limitación todo y cualquier cambio de conducta no equivale siempre a educación. Por la simple razón de que no todo cambio de conducta es de suyo educativo (Arroyo M, 1993).

La segunda de las notas identificadas es la *intencionalidad*. Intención es el punto de mira o el término de acción (Moliner, 1987). La intencionalidad es una propiedad que afecta a la actividad o comportamiento humano. La intencionalidad puede postularse desde diversos ángulos o puntos de vista (Arroyo M, 1993):

- *Intencionalidad del agente educador*: se interpreta la educación ante todo como hetero-educación y se asigna al educador la intencionalidad en su actuación.
- *Intencionalidad en el educando*: en éste se sitúan la conciencia y la intencionalidad propias de la educación.
- *Intencionalidad en el educador y en el educando*: restringe la noción de educación, no tendría sentido designar por educación la influencia madre-hijo o la autoeducación en sentido estricto.
- Intencionalidad no explícita: la educación es proceso o desarrollo, o influencia que produce o genera un efecto determinado de ordinario estimado como deseable.

La intencionalidad humana ha de estar presente en la educación. Un hecho parece claro, solo las mujeres y los hombres pueden ser agentes de educación. Las realidades "no personales" de la naturaleza o de la cultura, el "medio", aun cuando ejerzan influencias más o menos fuertes sobre los hombres, no actúan y por ello no se pueden decir que eduquen (Brezinka, 1975). El entorno cósmico, climático y físico influye en las personas hasta tal punto que son necesarios para su desarrollo, pero la influencia que implica la educación es la que procede de otros seres humanos (Sarramona, 1989). Aunque cabría hablar de una "naturaleza educadora" que incorpora el misterio del orden universal, como un "espejo" y que identifica leyes de naturaleza ecológica. También hemos señalado que existe una intencionalidad no explícita o latente (oculta) en la que anidan factores educativos fuera de la planificación sistemática de la educación. Pero siempre exigirá la percepción, la advertencia, la conciencia de la finalidad de la misma. Sin libertad y decisión propia no hay educación propiamente

formas de vida, el lenguaje, el trabajo, la autonomía y la libertad. La transmisión de esta cultura, la mejora de la sociedad y de los hombres se hace a partir de la educación. Por consiguiente, una nota o característica diferencial será, por obvio que parezca, la *referencia al hombre*.

Encontramos en "toda manifestación pedagógica y educativa un trasfondo cultural, una concepción del mundo y del hombre, una ideología tal vez, más o menos explícita. La pedagogía, al hacerse consciente de ello, debe partir fundamentalmente de una antropología filosófica, científica y cultural; debe examinar críticamente el problema de los fines y valores de la educación, de las pautas y patrones que rigen el proceso educativo, justipreciando su alcance vital y humano, su entronque social y cultural, y fundamentando crítica y racionalmente –en un plano de evolución constante– su importancia formativa" (Sanvisens, 1984).

Es por esto que la noción genérica de aprendizaje en cuanto expresa sin limitación todo y cualquier cambio de conducta no equivale siempre a educación. Por la simple razón de que no todo cambio de conducta es de suyo educativo (Arroyo M, 1993).

La segunda de las notas identificadas es la *intencionalidad*. Intención es el punto de mira o el término de acción (Moliner, 1987). La intencionalidad es una propiedad que afecta a la actividad o comportamiento humano. La intencionalidad puede postularse desde diversos ángulos o puntos de vista (Arroyo M, 1993):

- *Intencionalidad del agente educador*: se interpreta la educación ante todo como hetero-educación y se asigna al educador la intencionalidad en su actuación.
- *Intencionalidad en el educando*: en éste se sitúan la conciencia y la intencionalidad propias de la educación.
- *Intencionalidad en el educador y en el educando*: restringe la noción de educación, no tendría sentido designar por educación la influencia madre-hijo o la autoeducación en sentido estricto.
- Intencionalidad no explícita: la educación es proceso o desarrollo, o influencia que produce o genera un efecto determinado de ordinario estimado como deseable.

La intencionalidad humana ha de estar presente en la educación. Un hecho parece claro, solo las mujeres y los hombres pueden ser agentes de educación. Las realidades "no personales" de la naturaleza o de la cultura, el "medio", aun cuando ejerzan influencias más o menos fuertes sobre los hombres, no actúan y por ello no se pueden decir que eduquen (Brezinka, 1975). El entorno cósmico, climático y físico influye en las personas hasta tal punto que son necesarios para su desarrollo, pero la influencia que implica la educación es la que procede de otros seres humanos (Sarramona, 1989). Aunque cabría hablar de una "naturaleza educadora" que incorpora el misterio del orden universal, como un "espejo" y que identifica leyes de naturaleza ecológica. También hemos señalado que existe una intencionalidad no explícita o latente (oculta) en la que anidan factores educativos fuera de la planificación sistemática de la educación. Pero siempre exigirá la percepción, la advertencia, la conciencia de la finalidad de la misma. Sin libertad y decisión propia no hay educación propiamente

dicha. El sentido antropológico y social subyace incluso en la llamada "educación negativa" de carácter naturalista. La intencionalidad educativa exige el respeto a las libertades de las conciencias de los alumnos; es preciso la conciliación de la dignidad de los valores elegidos con la estimación y aceptación de los alumnos. Solo así puede entenderse la fundamentación objetiva y subjetiva de la educación.

La *optimización*, la mejora, el perfeccionamiento, son notas clásicas que encontramos en numerosas definiciones de educación. Perfeccionamiento y evolución se corresponden, y se implican en el proceso educativo como favorecedor del desenvolvimiento humano (Weinert, 1981). Al final de la acción educativa esperamos que los educandos sean más valiosos... la calidad de la educación viene determinada por la dignidad, profundidad y extensión de los valores que hayamos sido capaces de suscitar y actualizar (Marín Ibáñez R, 1981).

La educación es *proceso*, o mejor progreso, que añade el sentido de cambio perfectivo. El proceso educativo consiste no tanto en las operaciones humanas, cuanto en la ordenación de las mismas por la razón (González Álvarez, 1969).

La consideración de la educación como relación nos conduce a la dimensión constitutiva de la persona y a la valoración de la educación como diálogo: "la persona, como es sabido, no sólo es capaz de establecer relación con las cosas, con el mundo natural transformado en los tres pilares fundamentales de la cultura (la ciencia, la técnica y el arte), sino que va a depender esencialmente de la relación que establezca 'con el otro' y 'con los otros'. El 'ser con' no es una disposición que la persona adquiera en el transcurso de su desarrollo existencial, sino que es un rasgo absolutamente connatural y necesario que posibilita, desde la misma esencia de la persona, el que ésta llegue a ser lo que es... en efecto, el valor en la existencia del yo (como salida de sí mismo) del encuentro y de la comunicación interpersonal, puede considerarse una cuestión nuclear de la reflexión filosófica, antropológica y psicológica de nuestro tiempo que se repite, desde perspectivas distintas, en todos los autores: desde el personalismo humanista (Scheler, Mounier), el dialogismo de (Buber, Marcel, Levinas), el transcendentalismo (Heidegger), hasta la reflexión neo-escolástica (Coreth, Marecha, Rahner, Zubiri o Caffarena)", (Medina Rubio R, Rodríguez Neira T, 1992).

El desarrollo de las aptitudes o capacidades específicamente humanas se refiere a la educabilidad como posibilidad subjetiva de desarrollo. El hombre y la mujer son seres indigentes al nacer pero con una potencialidad extraordinaria de desarrollo. "La personización, en cuanto adquisición consciente y en cuanto autoguiaje, de carácter en algún sentido determinado, tiene sentido intencional, que no lo tendría, seguramente, para una concepción que centrara la persona únicamente en la individualización y en la simple 'capacidad' racional, entendida como si se diera *per se* (Sanvisens, 1984).

La socialización es el proceso educativo que permite el ajuste social del individuo. Las notas de ayuda, auxilio son permanentes en las definiciones de educación. Se podría decir que hacen referencia a la educabilidad desde la perspectiva del educador. La felicidad ha sido considerada como el fin clásico de la educación.

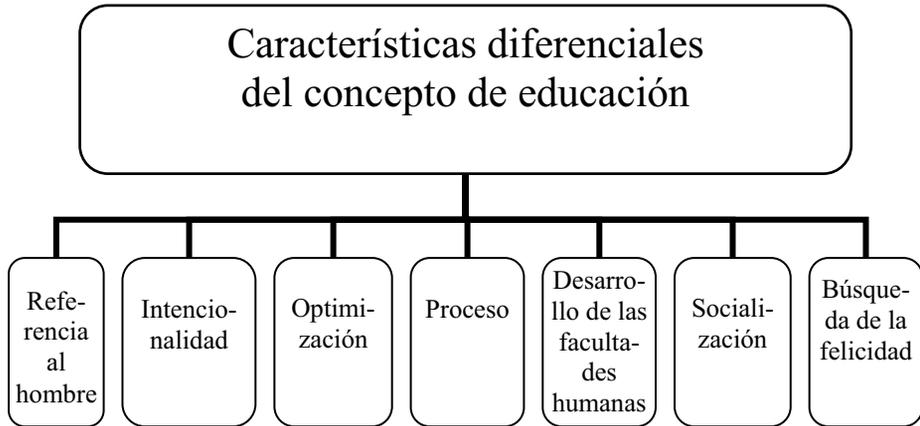


Figura 1.1. Propiedades del concepto de educación.

Baste decir que un concepto esencial y comprensivo de la educación debe abarcar las siguientes notas o realidades básicas (Arroyo Simón M, 1984):

- El término educación designa no solo una actividad o proceso sino también el efecto de esa actividad: "acción y efecto de educar".
- La educación propiamente dicha se refiere al hombre; es un proceso humano, que supone de algún modo racionalidad y "*libertas*".
- La educación encierra necesariamente la orientación a un fin. El significado de la educación no se comprende sin referencia al fin o los fines de la misma (Herbart, 1935).
- El fin de la educación debe implicar, de un modo u otro, una mejora, dignificación o perfeccionamiento del sujeto humano.
- La educación, en última instancia, depende y está condicionada por opciones o decisiones previas sobre las cuestiones acerca del sentido y valor del hombre, mundo, sociedad, transcendencia de la vida humana. Se inscribe, por tanto, en un "sistema" de valores, del cual recibe inspiración y guía.
- La educación del hombre, de todo hombre, estará sometida y deberá respetar las exigencias básicas que dimanen de la libertad, dignidad y derechos fundamentales de la persona humana. La Declaración Universal de los Derechos Humanos (1948) otorga fuerza política, y moral a esos derechos "del hombre", de "toda persona" (*Declr. Univ. Drec. Humn.*, art. 1,2).
- La educación, ya se considere como actividad o como efecto, no se comprende plenamente sin una referencia –explícita o implícita– al bien de la persona humana como un todo y unidad psicofísica indivisible, sujeto último de atribución de los efectos educativos. El criterio de interpretación de una influencia o efecto presuntamente educativo deberá tener en cuenta esa referencia al 'bien de la persona', y no solo a un aspecto o dimensión de la misma. Se entiende, por otra parte, que ese "bien" de la persona integra todos los aspectos de la existencia individual y social, sin excluir, en su caso, la dimensión ética o religiosa en el respeto a la libertad de conciencia y a las

convicciones íntimas de educadores y educandos (*Declr. Univ. Drec. Humn. art. 1, 18*)".

Podríamos resumir diciendo que la naturaleza inacabada del hombre requiere de la educación la ayuda necesaria para poder desarrollar todo su potencial humano.

EL SENTIDO DEL TÉRMINO SALUD

En su sentido original o etimológico. El término *salud* proviene del latín *salus salutis* y significa el estado en que el ser orgánico ejerce normalmente todas sus funciones.

Durante un largo periodo de tiempo el concepto de salud ha estado ligado a la historia de la Medicina y la Salud Pública, y la visión de la salud y enfermedad ha sido considerada de forma diferente según las diversas sociedades (Foster G y Anderson B, 1978). Según la causa asignada a la enfermedad se señalan varias teorías; *Las teorías personales* que atribuyen la enfermedad a factores extracorporales: brujas hechiceros, espíritu, etc.; *las teorías naturales* se centran en un desequilibrio entre los fluidos corporales, (comidas y bebidas, condiciones inadecuadas, etc.); y *las teorías emocionales* que consideran las emociones en el origen de la enfermedad.

La medicina popular o tradicional se ha venido ocupando de la salud mediante la utilización de medios naturales y también mágicos religiosos, recurre, generalmente, a las fórmulas transmitidas por generaciones sucesivas en las que se pone de manifiesto la bondad de una hierba, de un vegetal, de un mineral o de un producto orgánico, todo ello entremezclado con la invocación de fórmulas mágicas. Aunque se puede decir que la medicina tradicional y la científica han seguido caminos diferentes, en la actualidad, como indica Kuschik (1995), hay una influencia mutua de concepciones y terapias entre ellas que colaboran y al mismo tiempo se diferencian entre sí. En el medio rural actual y también en el medio urbano donde aparece la *folk culture*, se siguen todavía utilizando y recomendando distintos preparados para el mantenimiento de la salud; la realidad es que muchos de estos productos contienen en su composición elementos que, científicamente examinados, resultan ser eficaces para la salud, con lo cual no entra en conflicto directo la medicina académica con la tradicional, salvo en su práctica y aplicación, en los conocimientos de una y en el empirismo de otra (Bouché 2004).

El sentido de la salud ha ido evolucionando en función del momento histórico, de las culturas, del sistema social y del nivel de conocimientos. En los primeros años de la historia se mantuvo, durante un largo periodo de tiempo, el pensamiento primitivo (mágico-religioso), centrado en la creencia de que la enfermedad era un castigo divino; esta actitud aún se mantiene en algunos pueblos de África, Asia, Australia y América.

Fueron las civilizaciones egipcia y mesopotámica las que iniciaron el primer cambio conceptual, pasando del sentido mágico religioso a un desarrollo de la higiene personal y pública. En la antigua civilización hebrea, la Ley Mosaica contiene uno de los primeros códigos sanitarios de la humanidad: prescribe ordenamientos estrictos sobre *higiene* personal, alimentación, comportamiento sexual y profilaxis de las enfermedades transmisibles, algunas de ellas todavía vigentes.

La palabra *higiene*, así como el actual juramento hipocrático, encuentra su origen en la cultura griega, inspirada en la mitología, Higea "diosa de la salud" e Hipócrates "padre de la medicina" que fue el que dió base científica a la higiene, según se estudia en su famoso tratado *De los aires, las aguas y los lugares*.

En la *civilización romana* el saneamiento del medio ambiente y el cuidado del cuerpo era la principal preocupación sanitaria, reflejándose en la aplicación de los conocimientos de carácter urbanístico a la salud pública y construyendo grandes acueductos para la dotación de aguas, como también para el alejamiento de las sustancias de desecho; una gran obra fue la *Cloaca Máxima*, obra admirada en la actualidad.

El *periodo medieval* es considerado como el de las grandes epidemias, relacionadas con el incremento de las comunicaciones y conflictos bélicos. Fueron tales las calamidades en esta época que los esfuerzos se centraron fundamentalmente en las medidas preventivas, como instaurar barreras sanitarias en las fronteras, el aislamiento y el concepto de cuarentena, sin manifestar mayor preocupación por la etiología de la enfermedad. Entre las afecciones epidémicas destacaron: el Fuego de San Antonio, El Sudor Inglés y la Peste Bubónica, esta enfermedad afectó a millones de víctimas en Mongolia y China pasando a la India, Constantinopla y Grecia y posteriormente se extendió por Italia y España.

El *periodo científico* abarca desde el último tercio del siglo XVIII hasta comienzos del siglo XX. Junto con el desarrollo de la Revolución Industrial aparece la primera Escuela de Higiene Ambiental y Experimental (Petternköfer, Alemania).

En el siglo XIX, con los avances en bacteriología, y en la primera mitad del siglo XX, con el descubrimiento por Fleming de la penicilina, la comercialización de los antibióticos, la creación de los centros de la Seguridad Social y las campañas de vacunación, se abrieron nuevas perspectivas de optimismo en cuanto al riesgo de enfermedades transmisibles. No obstante, pronto se pudo comprobar el carácter multifactorial de la enfermedad ya que, entre otras, las condiciones sanitarias deficientes y las carencias nutricionales tenían gran influencia en la aparición y gravedad de los padecimientos, así como también una serie de factores psicosociales. Estos hechos motivaron, en gran medida, el cambio conceptual más importante, pasando de una formulación de la salud en términos negativos, como se venía entendiendo hasta el momento, a una consideración positiva.

La Organización Mundial de la Salud en su *Carta Magna* (1946) define la salud como "completo estado de bienestar físico, psíquico y social". Aunque esta definición supuso una revolución en el sistema sanitario ya que incluía, junto con la dimensión física también la psíquica y social; no obstante, ha sufrido numerosas críticas, fundamentalmente se ha calificado como absoluta, estática y utópica. Algunos autores como Terris llegaron a proponer la eliminación del término "completo" recogiendo en su formulación no solo un estado de bienestar físico, mental y social sino también con capacidad de funcionamiento.

Son numerosas las definiciones que a partir de este momento se han formulado sobre el concepto de salud, encontrando un elemento común en todas ellas, la formulación de la salud en términos positivos. La salud en la actualidad no se entiende ya como ausencia de enfermedad.

Matarazzo (1980) utiliza en el concepto de salud el término conducta, definiendo la salud conductual como un campo interdisciplinar cuyo fin es la promoción de aquella filosofía de la salud que estimula la responsabilidad individual hacia la aplicación de los conocimientos y técnicas derivadas de las ciencias biomédicas y conductuales, para la prevención de las enfermedades y disfunciones, y para el mantenimiento de la salud a través de la iniciativa individual y las iniciativas sociales.

La vinculación del término salud con el comportamiento es prácticamente aceptado en su totalidad. “La salud o es salud comportamental o no es nada; del mismo modo que, en otro tiempo, la enfermedad era lesión orgánica o no era nada. Si antes se defendió la enfermedad en función de la patología, ahora se define la salud en función de la conducta. En cierto modo, aunque la conducta no sea la razón última capaz de explicar la salud, tal vez sea la penúltima” (Polaino-Lorente A, 1987).

En la década de los años setenta en el siglo XX se llevan a cabo una serie de estudios que ponen de manifiesto los factores no solo internos del individuo sino también externos (ambientales y sociales), observándose la necesidad de dirigir la acción educativa tanto al individuo como también hacia la interacción con el entorno. De tal manera que algunos autores como Hernán San Martín y otros, definen la salud como el grado de interacción del hombre con su medio

Ivan Illich, argumenta que la salud es la capacidad de adaptación al entorno cambiante; la capacidad de crecer, de envejecer, curarse; la capacidad de sufrir y esperar la muerte en paz. Podemos destacar en esta definición la referencia a la capacidad de la persona, valorando la autonomía y el autocuidado, considera de igual forma, que el sufrimiento y la muerte son parte integrante de la vida y manifiesta que se puede vivir en salud aunque se sufra, siempre que el sufrimiento no quebrante a la persona.

La Oficina Regional para Europa (1986) entiende la salud como “la capacidad de realización personal y de responder positivamente a los retos del ambiente”. La interacción del hombre con el medio se considera como elemento fundamental para permanecer en salud, tanto la salud como la enfermedad provienen no solo del patrimonio genético que nos trae la vida, sino que, concretamente, dependen de las reacciones de nuestro equipo biológico frente a los estímulos múltiples y diversos del ambiente ecológico social, que simultáneamente es físico, biológico, psicológico, social y cultural (Hernan San Martín 1988).

Estas últimas definiciones, entre otras; nos aproximan al concepto actual de salud, situándonos en un plano integrador de la sociedad y el hombre y configurando el sentido actual de la salud en el mundo occidental.

De tal forma que podríamos también definir la salud como:

“Conjunto de condiciones físicas psíquicas y sociales que permitan a la persona desarrollar y ejercer todas sus facultades en armonía y relación con su propio entorno”. (Perea Quesada, 1985).

EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Esta disciplina se constituye formalmente como materia autónoma en 1921 con el primer programa de Educación para la Salud que impartió el Instituto de