

¿Conviene la promoción de la salud o la prevención del COVID-19?

Por Dr. Héctor Duarte Tagles



El Dr. Héctor Duarte Tagles es profesor de tiempo completo de la Universidad de Sonora, adscrito al Departamento de Medicina y Ciencias de la Salud. Ingeniero en Ecología por el Centro de Estudios Superiores del Estado de Sonora (CESUES). Cuenta con Doctorado en Ciencias de la Salud Pública con área de concentración en Epidemiología por el Instituto Nacional de Salud Pública.

Resulta por demás extraño, que después de medio año de confinamiento, pareciera que el esfuerzo realizado para controlar la pandemia ha sido en vano, con los números de contagiados y muertes por COVID-19 al alza de manera general en el país. Sabemos que se cometieron muchos errores al inicio de esta pandemia (por ejemplo, ignorar el uso de cubrebocas), sin embargo, los graves efectos de la enfermedad hicieron recapacitar a la mayoría de los políticos de que nuestro sistema de salud pronto estaría rebasado. No creímos en las medidas recomendadas de los especialistas en salud pública para evitar la propagación de la enfermedad, y ahora añoramos tener el tratamiento y la tecnología para combatirla, la cual, se ve todavía distante. Es decir, le seguimos apostando a la parte más cara del sistema (y por ende menos eficiente), que es el desarrollo de medicamentos, en vez de seguir las recomendaciones para prevenir la enfermedad. Pero ¿por qué ocurre esto? ¿Pasa nomás en México y en el resto de los países de Latinoamérica como condena histórica de nuestro pasado?

De acuerdo con la Dra. Deborah Barros de la Universidad de New South Wales en Australia, la característica principal de los siete países a nivel mundial mayormente afectados por contagios de CoViD-19

(entre ellos México), es la falta de liderazgo. Para ser más eficientes en momentos de crisis, se necesitan líderes a quienes seguir su ejemplo, aquellos que brinden confianza porque son congruentes con su actuar y decir. Estas actitudes de los líderes políticos ayudarían enormemente en la implementación de políticas de salud pública enfocadas a la promoción de la salud y no solamente a la enfermedad. De hecho, parte de este problema, que muchos (incluyendo casi justificadamente al personal de salud involucrado en la atención de pacientes CoViD) atribuyen a la irresponsabilidad del mexicano que no quiere cuidarse y mucho menos cuidar a los otros, se debe al enfoque que se le ha dado de prevención de la enfermedad más que a la promoción de su salud.

Aunque son dos caras de la misma moneda, hay una sutil diferencia entre estos dos “brazos” de la salud pública, sobre todo en las acciones a tomar y en sus consecuencias. El conjunto de medidas diseñadas para evitar que un individuo (o conjunto de individuos) se enferme, se le llama prevención de enfermedades, y podemos encontrar varios niveles. Esta estrategia ha sido muy útil para controlar y erradicar muchas enfermedades que han ocurrido a nivel mundial (v.gr. viruela, polio, cáncer cérvico-uterino, etc.), mostrando un enfoque hacia la enfermedad que se desea combatir. Por otro lado, y de manera complementaria, la promoción de la salud busca conservar el estado de salud y sus con-

diciones que lo favorecen, antes de que se presente la enfermedad. Este abordaje tiene un traslape evidente con el primer nivel de prevención, sin embargo, su enfoque es diferente, ya que como establece la Carta de Ottawa desde 1986 (que es el referente internacional en la materia), “la promoción de la salud consiste en proporcionar a los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma”. Se necesitan pues, condiciones sociales y económicas favorables para la salud y ya antes de la pandemia, no se tenían. Si usamos la analogía de que “todos estamos en el mismo barco”, debemos entender que aunque finalmente se hunda, primero se ahogarán “los pasajeros de tercera”, aludiendo a la gente económicamente menos favorecida. El discurso de “quédate en casa” dejó de tener efecto rápidamente, más si esa campaña no se reforzó con medidas económicas seguras, tangibles y suficientes para la población, que le facilitara hacer caso a estas disposiciones. No se pueden esperar los mismos resultados en personas que escuchan este mensaje, pero tienen los recursos suficientes para mantenerse encerrados que en aquellos que no los tienen. Además, fomentar una política “del miedo” como medida de prevención, se revierte a la postre contra la muy lastimada confianza hacia las autoridades, un aspecto recurrente históricamente.

Lo más recomendable será aceptar que esta enfermedad estará con nosotros de ahora en adelante, y que tenemos que aprender a vivir con ella. Para eso entonces, las políticas de salud deben buscar promover esas conductas saludables tan básicas como la higiene. Para que la gente pueda, como dice la definición, ejercer un mayor control sobre su salud, es necesario educar a la sociedad en salud, y esta pandemia puede ser una gran oportunidad para ello. No se trata de no salir de las casas, sino siempre salir con los cuidados necesarios, y regresar a casa con los protocolos obligados de higiene. Se insiste en evitar las aglomeraciones, pero si no hay suficientes unidades de transporte ¿cómo esperan que eso se cumpla? Lo más grave de esta situación es que vemos que la actitud que se asume por lo general es dicotómica: o me quedo en casa y cuando salgo lo hago siempre siguiendo las medidas de prevención e higiene recomendadas, o simplemente salgo y me desentiendo de toda protección y cuidado. Esta actitud nos debe hacer pensar que no hay una adecuada promoción de la salud. ¿Cuántas personas, antes del CoViD-19 se lavaban las manos y la cara al llegar a su casa? Ahora espero que esa costumbre de muchos médicos de ir a comer tacos fuera del hospital con sus uniformes de trabajo desaparezca, y no por imagen, sino por higiene.

En el retorno seguro al trabajo y a nuestras actividades cotidianas, la educación como elemento de la promoción de la salud será fundamental. No se trata sólo de eliminar o restringir, sino de orientar a la población. Así, no es que ya no se pueda prestar una pluma o un lápiz por ejemplo (el CoViD-19 no atraviesa la piel), sino que, de realizarse, acuda uno a lavarse las manos inmediatamente después de regresarlo (o cualquier otro objeto que no esté expuesto a las mucosas), o al menos usar alcohol en gel. Por lo pronto, yo espero que por fin, gracias al CoViD-19, todos los baños de todas las instituciones en México (incluyendo nuestra universidad), estén debidamente habilitados: cuenten ahora sí con agua limpia constante, sanitarios en buen estado, jabón, papel higiénico y para secarse.

