

VI JORNADA DE EpS EN LA ESCUELA

# El Valor de Educar... en Salud

Por Fernando Savater

## COMITÉ DE REDACCIÓN

Desde hace 9 años, Técnicos (profesionales de la salud y trabajadores sociales), Comunidad Escolar y Ayuntamiento, tratan de incrementar el nivel de salud de los escolares de Torrent (municipio situado a 8 Km. de Valencia), a través del Programa Municipal de Educación para la Salud (EpS) en la Escuela.

La VI Jornada de EpS representa un punto de encuentro donde los colectivos implicados pueden exponer y debatir sus experiencias. Un total de 10 centros escolares (en su mayoría de dicho municipio) participaron exponiendo sus experiencias en temas como la seguridad, conductas tóxicas y publicidad.

Además, estas jornadas contaron con un invitado de excepción, el filósofo Fernando Savater. A continuación transcribimos parte de su conferencia "El valor de Educar en... Salud".

## La Salud, una Obligación

La salud, es en nuestro tiempo, una cuestión que también marca, como la educación, una reflexión: nunca ha habido hasta ahora, una sociedad que prohibiera cosas que sentaran mal a la salud (por la misma razón que se prohíben sustancias que perjudican la salud, se podrían prescribir otras como obligatorias porque pueden ser buenas). Esto en parte, es debido a que el Estado costea más o menos completamente los tratamientos de las personas que enferman y por ello, se siente en la obligación de decir qué es la salud para cada persona. Esto resulta bastante preocupante, ya que la salud no es algo meramente que se pueda determinar desde fuera sino que cada persona sabe algo de su propia salud que no saben los demás. Y es que la vida es por un lado, **funcionamiento**, en sentido estricto (desde el exterior se puede determinar y saber si el cuerpo "funciona" correctamente) pero también es **experimento**, y cada uno de nosotros vive su experimento vital

desde dentro, por lo que no es tan fácil determinar se está yendo todo bien o mal.

Así hay cosas que subjetivamente pueden dañar o perjudicar algún aspecto de la vida y en cambio potencian otros. Un conocido aforista alemán decía "me gustaría saber cuántos grandes versos de Shakespeare se deben a un vaso de vino bebido a tiempo". Puede que ese vaso de vino no le sentara tan bien a su hígado pero Shakespeare no es un hígado: al igual que cada uno de nosotros, es una totalidad de sentidos inherente. Es decir, la salud humana no es la mera atribulación de que los órganos funcionan bien, sino una cierta armonía, una cierta capacidad de dar sentido a nuestra acti-

***La salud no puede convertirse en obligación, sino que es parte de los derechos de los ciudadanos.***

vidad y funciones vitales. Por tanto la salud ha de referirse a esa totalidad de sentido, no al funcionamiento de los órganos.

La salud no puede convertirse en obligación, sino que es parte de los derechos de los ciudadanos, y es el ciudadano el que sabe si está sano o no en su conjunto. Naturalmente recibimos apoyo especializado en la conservación de la salud (que es una idea nuestra de aquello que nosotros queremos hacer con nuestra vida y no simplemente unas imposiciones desde el exterior para que resulten rentables al patrón). El ideal del Estado es que todos vivamos sanos y muramos en perfecto estado de salud para no causar problemas. Sin embargo, estaremos de

acuerdo en que la única enfermedad mortal de necesidad, de transmisión sexual es la vida. A partir de esta evidencia, estamos intentando vivir de la mejor manera posible.

## Evolución de la figura médica

De ser un figura profundamente crítica y subversiva a finales del XVIII-principios del XIX, ha pasado a ser en nuestro siglo, un funcionario más o menos represivo que representa la salud que hay que imponer a la sociedad. Por otro lado, la mirada del médico es la que convierte una sustancia en medicina o en droga, ya que cuenta con un poder considerable en la sociedad.

El cuidado y conservación de la salud es algo que a cualquiera interesa, pero a veces el dar sentido a la vida se impone sobre los simples métodos higiénicos de prolongar la salud (también es cierto que a veces el cuidado de la salud llega demasiado tarde).

## Automedicación

Nunca he entendido la obsesión de los médicos por prevenir la automedicación. Y es que hay que luchar contra la medicación abusiva pero no contra la medicación responsable. Hay que preparar a la gente para saber responder a situaciones médicas elementales que son las más frecuentes.

La automedicación es parte de la salud mental y del derecho elemental de cada persona, quien, si tiene un mínimo de cultura, ha de saber automedicarse (naturalmente en las cosas que uno puede hacerlo). Para ello sería necesario que se informara sobre el uso y efectos de la medicinas, de una manera más accesible.

## Educar en Salud

Hay que fomentar en los niños los hábitos higiénicos saludables respecto a la salud normal y que adquieran además, una actitud responsable respecto a su propia salud.

**Formar para la  
templanza,  
no para la  
abstinencia, es la  
base de una EpS  
racional en  
nuestra época.**

Formar para la templanza, (es decir, saber controlar lo que las prácticas, conductas... pueden tener de positivo sin caer en lo que las convierte en negativo) y no para la abstinencia, es la base de una EpS racional en nuestra época. Vivimos en una sociedad basada en la tentación (ej: la publicidad) por lo que suponer que las personas va a carecer de tentaciones, que en el siglo del mayor desarrollo de la química, van a dejar de estar asediadas por las drogas o por circunstancias que pongan en peligro su integridad o su salud, es absurdo.

La Educación para la Salud es una educación para la templanza y para la racionalización del riesgo de vivir, ya que este riesgo sólo se puede eliminar muriendo. Vivir es siempre una actividad de riesgo y cuanto más se vive, y más se sabe cómo se vive, más riesgo se corre. Mentir diciendo que se pueden evitar esas cosas y llevar una vida perfectamente al margen de este tipo de riesgos, es engañar a la gente. Por ello, los educadores deberían intentar decir la verdad: no se puede vivir sin riesgos y no es verdad que correr ries-

gos sea malo para una persona, es malo para el Estado porque no quiere estadísticamente correr riesgos de tener que pagar a muchas personas que ponen en peligro su salud.

Uno de los objetivos fundamentales de la educación es reforzar la autonomía de nuestra salud: Mucho más que simplemente limitarse a dar conocimientos, la educación debe formar personas autónomas para tomar decisiones sobre nosotros mismos. En este sentido, el funcionamiento de nuestro cuerpo, el de determinadas prácticas, de determinadas sustancias que pueden alterar en un sentido u otro nuestro funcionamiento... debería ser conocido desde los primeros años. Esto es importante porque creo que contribuiría a descongestionar una Seguridad Social hipercargada de personas que cada vez más, acude, meramente por miedo o la inseguridad respecto a cosas elementales.

### **Conclusiones**

A los niños hay que enseñarles a que adopten las prácticas, que siendo placenteras, son más higiénicas y que colaboran más en su salud que otras y a que aprendan a reflexionar sobre sus síntomas y sobre la forma que tienen de simplificar o solventar algunos problemas elementales de salud sin pánico; que tengan una relación con el médico de búsqueda de apoyo y de respeto pero de no de fascinación idólatra. El médico es necesario pero no hay que vivir en la idolatría de la salud. Es sano educar para tener una relación relajada y placentera con la salud sabiendo que hay que responsabilizarse de los riesgos que uno corre de su propia salud.

El Estado tiene obligación de ayudar

a las personas en lo posible a desarrollar sus planes vitales pero no tiene obligación de impedir que cada persona haga aquellas cosas que le apetece y que se convierta en guardián de la salud de todos. Es importante crear personas relativamente autónomas en lo sanitario, capaces de valerse por sí mismas en el terreno de la salud, de los elementos higiénicos que puedan preservarla, en el de los riesgos controlados...

Para finalizar, afirmó que el modelo americano, tanto educativo como de educación para la salud, no es el más adecuado a seguir por nuestra sociedad, sino que el modelo a adoptar debería preparar, de forma más matizada e inventiva, para la salud. Destacó el hecho de la existencia de este tipo de reuniones en las que se puede reflexionar sobre la EpS y donde se predispone a la autonomía sanitaria y no a la esclavitud de una superstición médica.

**Más que limitarse  
a dar conocimientos,  
la educación  
debe formar  
personas  
autónomas para  
tomar decisiones  
sobre nosotros  
mismos.**

