

¿CURAR O PREVENIR?

Salud es el estado de completo bienestar físico, mental y social, y no sólo la ausencia de enfermedades.

Organización Mundial de la Salud (OMS), 1946.

Curar o prevenir, es la cuestión clave que condiciona nuestro comportamiento respecto a la salud. Si optamos por curar, las estrategias a desarrollar son unas, y si optamos por prevenir, otras diferentes. ¿Qué alternativa es la más adecuada?

La respuesta no resulta obvia. Prevenir es más fácil que curar, menos doloroso y más barato a la larga; además existen problemas de salud como las enfermedades demasiado avanzadas o los accidentes mortales que no tienen remedio, sólo prevención. Pero curar también resulta imprescindible cuando estamos enfermos o nos accidentamos...

Nadie en su sano juicio desea ponerse enfermo, al contrario, todos queremos vivir plácidamente, sin contratiempos ni enfermedades. Por tanto a nivel individual hemos de ser consecuentes y cuidarnos bien, para mantenernos sanos y vigorosos. Y a nivel colectivo necesitamos una medicina que investigue los problemas de salud de los diferentes grupos de población, diseñe buenos programas para prevenirlos, los ponga en práctica con medios suficientes y evalúe periódicamente todo el sistema para corregirlo y mejorarlo.

La prevención resulta vital para todos, sin embargo esto no implica que se deba abandonar la medicina curativa porque, incluso con los mejores sistemas de prevención, siempre habrá quienes caigan enfermos o se accidenten, precisando entonces los cuidados especializados de la medicina curativa.

En definitiva, la respuesta a la cuestión inicial ha de ser ambas cosas, prevenir y curar, en ese orden, primero prevenir y después curar.

Cabría pues esperar que los ciudadanos y las instituciones dedicaran sus mayores esfuerzos a la prevención de las enfermedades y los accidentes, aplicando a fondo los

potentes conocimientos y medios de que disponemos en la actualidad, pero desafortunadamente no ocurre así... En una investigación ya clásica de hace algunas décadas, M. Lalonde dedujo los factores que determinan la salud colectiva y calculó los recursos que se les destinan en una sociedad desarrollada, obteniendo estos resultados:

	<i>Determinante de salud (%)</i>	<i>Recursos destinados (%)</i>
Estilo de vida	40	3
Medio ambiente	30	5
Asistencia sanitaria	20	82
Biología humana	10	10

La conclusión inmediata, a la vista de tales datos, es que los recursos están completamente desfasados respecto a los determinantes de salud. Gastar casi todo en asistencia sanitaria, cuando lo principal es el estilo de vida (alimentación, bebida, tabaco, conducción, sexualidad, ejercicio...) y el medio ambiente (aire, agua, entorno, vivienda...), supone un tremendo error.

Dicho estudio, por el tiempo transcurrido y el lugar concreto donde se realizó, no es extrapolable íntegramente a todas las realidades, de hecho la influencia de los problemas ambientales sobre la salud parece ser mayor actualmente. Pero en líneas generales sus conclusiones siguen siendo válidas, el esfuerzo principal de la sociedad no se dirige hacia las causas que más determinan la salud, continúa equivocado y para comprobarlo basta comparar las cifras desorbitadas del gasto farmacéutico en cualquier país desarrollado (un billón de pesetas en España) con los minúsculos presupuestos que se dedican a promover los comportamientos saludables (cientos de millones a lo sumo).

Y a escala individual, si tenemos en cuenta lo extendidos que están los hábitos perjudiciales, tampoco parece que se haga un gran esfuerzo por cuidar la salud, a pesar de que cuando duele algo se suele acudir al médico con prontitud... Lamentablemente ni los ciudadanos ni los gobiernos se preocupan apenas de fomentar la prevención.

Una de las causas principales de tamaño error puede ser la mercantilización generalizada que padecemos, de manera que la salud ha llegado a convertirse en otra mercancía más, algo que puede comprarse en forma de atención médica y producto farmacéutico. Resulta muy difícil vender prevención pero en cambio es bastante fácil vender cuidados y medicinas para curar enfermedades, aunque tengan peligrosos efectos secundarios.

En una sociedad que funciona básicamente como un mercado, donde casi todo se puede comprar y vender, las enfermedades ofrecen muchas más oportunidades de obtener beneficios económicos a corto plazo que la propia salud; quizás por eso la medicina curativa se ha desarrollado muchísimo más que la preventiva. El funcionamiento colectivo, la dinámica propia de nuestro modelo de sociedad, acaba creando aberraciones como ésta de promover más los medicamentos que la propia salud.

Por supuesto que necesitamos mejores hospitales y centros de salud, pero todavía resulta más necesario prevenir las enfermedades y los accidentes, con lo cual evitaremos sufrimientos y a la larga ahorraremos dinero.

Nuestra vitalidad depende de múltiples factores, conociéndolos y actuando de forma consecuente, con hábitos de conducta saludables, sin duda podemos vivir durante más tiempo y en mejores condiciones físicas y mentales. Crear dichos hábitos es una tarea colectiva e individual, las instituciones deben fomentarlos y cada persona ha de asumirlos y practicarlos en su vida cotidiana.