

Papel de la educación sanitaria

Jesús M^a Martín. *Hospital Germans Trias i Pujol. Badalona*

Introducción

Podemos encontrar tantas definiciones de educación sanitaria como profesionales han trabajado en esta área.

Desgraciadamente, la educación sanitaria no ha estado siempre dentro de las prioridades del sistema de salud, no obstante dicha dinámica ha cambiado y cada vez más se aprecia mayor sensibilidad hacia las necesidades de la población.

Una actuación cercana, humana, técnicamente cualificada y dentro de una economía sostenible nos ayudará a lograr la consecución de nuestros objetivos.

¿Que es la educación sanitaria?

La Educación Sanitaria o Educación para la Salud es la disciplina encargada de comunicar a las personas lo que es la salud, considerando las tres facetas que la conforman: biológica, psicológica y social, así como transmitir información sobre los comportamientos específicos que suponen un riesgo para la salud y aquellos otros que, por el contrario, mejoran la salud.

El principal determinante para la mejora de la salud es conseguir el cambio en aquellas conductas perjudiciales para la propia persona fomentando estilos de vida saludables. Si cumplimos este objetivo, podemos decir que estamos contribuyendo de forma muy importante a la promoción de la salud.

La finalidad primordial es lograr un cambio de actitud que genere un cambio de comportamiento.

Ámbito

La educación sanitaria abarca diversos ámbitos, no sólo es correctiva sino que juega un papel primordial en la prevención de las enfermedades tanto en el nivel primario, secundario como el terciario.

¿Quién lleva a cabo la educación sanitaria?

Principalmente los profesionales de la salud; médicos, personal de enfermería y farmacéuticos, son el colectivo con mayor capacidad para incidir positiva o negativamente sobre los conocimientos, actitudes y conductas de salud de la población y de forma especial sobre aquellas personas que reciben su atención. No hay que olvidar que el personal auxiliar sanitario, celadores, psicólogos, trabajadores sociales, administrativas o recepcionistas tienen también un importante potencial educativo que no siempre es bien aprovechado.

Desarrollo

1. Seleccionar la conducta de salud a modificar:

Una regla fundamental en la educación sanitaria es no tratar de modificar todas las conductas insanas al mismo tiempo; generalizar o marcar objetivos excesivamente ambiciosos nos conducirán a un fracaso seguro.

Es aconsejable comenzar con los hábitos de más fácil modificación y posponer los más difíciles, los logros o éxitos generan confianza y motivan al paciente a conseguir nuevos objetivos.

Además hay que tener presente que muchos hábitos están relacionados; es decir, la modificación de uno desencadena la modificación automática de otros.

2. Diseñar el plan educativo

Un punto fundamental del diseño del plan educativo es el establecimiento de los objetivos a alcanzar.

Podemos utilizar diferentes métodos para llevar a cabo el plan educativo (diálogo, clase, charla...). La utilización simultánea de diversos métodos enriquece la educación.

No obstante no se debe olvidar nunca la gran importancia que tiene la relación entre el profesional y el paciente.

3. Ejecutar el plan educativo

Para que los mensajes educativos sean efectivos es importante tener en cuenta los siguientes puntos:

- Mensajes con información e instrucciones de cómo actuar, han de ser motivadores.(forma de actuar sobre el área afectiva con idea de modificar actitudes: opiniones, sentimientos e intenciones)
- El lenguaje utilizado de forma verbal o escrita debe estar en concordancia a la edad, cultura y nivel de conocimientos de la persona. Siempre que sea posible el profesional debe expresarse en términos sencillos y comprensibles.
- El mensaje debe ser repetido frecuentemente, cuanto más a menudo mejor.
- Debe combinarse la comunicación verbal (individual y de grupo) y la escrita (folletos).
- Se debe intentar promover la modificación de los factores (sociopolíticos, comunitarios, laborales, familiares, ambientales, etc.) que dificultan los cambios de conducta.
- Monitorizar los progresos del paciente: Indicadores.

Conclusiones

A pesar de lo que algunos puedan opinar, los principios de promoción de la salud son eficaces. Evidentemente se encuentran a merced de la voluntad política, la coordinación de las instituciones, la creación de nuevas infraestructuras y la apuesta por planteamientos centrados en el acercamiento a las poblaciones para conocer sus necesidades y hacer a las personas y comunidades responsables directos de la gestión de sus estilos de vida, dotándolos de los recursos necesarios.

Obtener acciones reales utilizando y promocionando la educación para la salud es un hecho posible.

Los efectos de la educación sanitaria en la salud han provocado un aumento de la esperanza de vida, una reducción de la prevalencia de las enfermedades, una disminución de la mortalidad infantil y una mayor independencia en las personas para tomar sus decisiones.

Todos estos resultados no serán nunca compatibles con sociedades que basen sus estrategias de actuación en el temor, en la delegación de la responsabilidad en los profesionales de la salud y en las formulas mágicas para aliviar cualquier dolencia.

Hoy en día con la aparición de nuevos procesos patológicos, la migración de las poblaciones, la creación y uso de nuevos sistemas tecnológicos de información, exige a los gobiernos, organizaciones, instituciones y a todos los profesionales cambios y adaptaciones constantes para conseguir personas y ambientes más saludables.

NOTAS