Concepto de salud y enfermedad

La **salud** es un estado de completo bienestar físico, mental y social; y no solo la ausencia de enfermedad o dolencia. El Día Mundial de la Salud se celebra el 7 de abril.

•   La Organización Mundial de la Salud (OMS) en su Constitución de 1948, define **salud** como el estado de completo **bienestar físico, mental, espiritual, emocional y social**, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. La salud implica que todas las necesidades fundamentales de las personas estén cubiertas: afectivas, sanitarias, nutricionales, sociales y culturales.

En estos términos, esta definición resultaría utópica, pues se estima que según parámetros mundiales sólo entre el diez por ciento y el veinticinco por ciento de la población mundial se encuentra completamente sana.

•   Una definición más dinámica de salud podría añadir que es el logro del más alto nivel de bienestar físico, mental, social y de **capacidad de funcionamiento** que permitan los factores sociales en los que viven inmersos el individuo y la colectividad.

•   La salud y la enfermedad forman un proceso continuo, donde en un extremo se encuentra la muerte prematura, muchas veces prevenible, y en el otro extremo se encuentra un elevado nivel de salud, al que difícilmente llega todo el mundo. En la parte media de este continuo o equilibrio homeostático se encontraría la mayoría de la población, donde la separación entre salud y enfermedad no es absoluta, ya que es muy difícil distinguir lo normal de lo patológico.

•   La definición de salud es difícil, siendo más útil conocer y analizar los determinantes de la salud o condicionantes de la salud.

•   La salud, en términos físicos, forma parte de uno de los pilares de la calidad de vida, bienestar y en definitiva de la felicidad.

•   El objetivo de alcanzar la salud, no solamente corresponde a la medicina, sino también a los políticos, a la sociedad y al individuo. En los países en vías de desarrollo, la salud empezaría a conseguirse cuando se satisfagan sus necesidades de alimentación, infecciones, vivienda, trabajo y, en definitiva, sus problemas económicos, mientras que, en los países desarrollados, la salud se consigue previniendo los efectos secundarios que la riqueza produce como la obesidad, la ausencia de ejercicio físico, los accidentes de tráfico, el tabaquismo, la depresión, la contaminación, etc.

**Determinantes de la salud**

Los determinantes de la salud pública son los mecanismos específicos que diferentes miembros de grupos socio-económicos influyen en varios grados de salud y enfermedad. Los **determinantes de salud** según Lalonde, ministro de sanidad de Canadá son:

•   **Estilo de vida:** Es el determinante que más influye en la salud y el más modificable mediante actividades de promoción de la salud o prevención primaria.

•   **Biología humana:** Este determinante se refiere a la **herencia genética** que no suele ser modificable actualmente con la tecnología médica disponible.

•   **Sistema sanitario:** Es el determinante de salud que quizá menos influya en la salud y sin embargo es el determinante de salud que más recursos económicos recibe para cuidar la salud de la población, al menos en los países desarrollados.

•   **Medio ambiente:** Se refiere a cualquier contaminación producida en el aire, suelo o agua que afecta a la salud de los individuos, tanto si la contaminación es biológica, física, química o la llamada contaminación sociocultural y sicosocial, en la que incluiríamos la dependencia, violencia, estrés, competitividad etc.

Según estos determinantes de salud, la salud pública de los estados debería invertir más en:

a) Promoción de salud para que la población adquiriera mediante una correcta educación a edad temprana (y otros medios) unos estilos de vida saludables y en

b) Medio ambiente.

**Prerrequisitos para la salud**

Los prerrequisitos para la salud descritos en la carta de Ottawa son: la paz, el vestido, la educación, la comida, la vivienda, un ecosistema estable, la justicia social y la equidad.

**Concepto de enfermedad**

Para comprender lo que es la enfermedad es necesario reiterar y ampliar la definición de lo que es la salud.

Ella se define como la capacidad que tienen los organismos para adaptarse a los distintos estímulos, ya sea el estrés, la toxicidad medioambiental, cambios en la alimentación, etc. El cuerpo se mantiene siempre en un equilibrio inestable.

La salud esta directamente relacionada con nuestro estado emocional, mental y estructura sicológica, es decir, con nuestra forma de ser, de enfrentar la vida y nuestra constitución genética.

Ante una enfermedad (resistencia al cambio) debemos preguntarnos ¿que hay en mi estilo de vida, dieta o comportamiento que ha causado el desequilibrio?. Solamente en ese momento, cuando encontramos la razón o el “foco”, es decir lo que la enfermedad nos quiere enseñar, retornaremos a nuestro centro, al punto de equilibrio.

**Tipos de enfermedades más comunes**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **PATOLOGÍAS**  | **CARACTERÍSTICAS**  | **EJEMPLOS**  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ALERGIAS  | Debidas a la reacción del sistema inmunológico y a agentes externos (antígenos)  | Fiebre del heno, urticaria, intolerancia a los alimentos  |
| [ENFERMEDADES INFECCIOSAS](http://www.profesorenlinea.cl/Ciencias/EnfermInfectocontagiosas.htm)  | Debidas a virus y bacterias; se difunden rápidamente a numerosos individuos  | Enfermedades exantemáticas (varicela, escarlatina, sarampión, rubéola), gripe, resfriado, mononucleosis infecciosa, peste, fiebre hemorrágica, enfermedades de trasmisión sexual (ETS), [SIDA](http://www.profesorenlinea.cl/Ciencias/Sida.htm)  |
| ENFERMEDADES PARASITARIAS  | Debidas a organismos parasitarios ([**protozoos**](http://www.profesorenlinea.cl/Ciencias/Protozoos.htm), gusanos, hongos)  | Amebiasis, giardiasis, micosis, filariasis, tripanosomiasis  |
| ENFERMEDADES CONGÉNITAS  | Debidas a anomalías del desarrollo fetal  | Síndrome de Down, espina bífida, focomelia, pie zambo, atelectasia pulmonar congénita, cardiopatías congénitas, megacolon  |
| ENFERMEDADES HEREDITARIAS  | Debidas a la trasmisión hereditaria de genes, dominantes o recesivos, a los que están ligados determinadas patologías  | Hemofilia, daltonismo, talasemia, fibrosis quística (mucoviscidosis)  |
| ENFERMEDADES AUTOINMUNES  | Debidas a una alteración de los mecanismos de reconocimiento del sistema inmunitario, que reacciona contra el propio organismo  | Artritis reumatoide, miastenia gravis, enfermedad de Hashimoto, [**diabetes mellitus**](http://www.profesorenlinea.cl/Ciencias/Diabetes.htm) insulino-dependiente  |
| TRAUMATISMOS Y ACCIDENTES  | Debidas a accidentes capaces de provocar lesiones en un organismo sano  | Heridas, fracturas, asfixia, fulguración, quemaduras solares, *shock*, daños por radiación, lesiones deportivas, barotraumas, algunas enfermedades profesionales y ambientales  |
| INTOXICACIONES  | Debidas a los efectos de sustancias tóxicas producidas por organismos (toxinas bacterianas, animales y vegetales) o por determinados compuestos químicos  | Botulismo, intoxicación por veneno de serpientes o de arácnidos, intoxicación por monóxido de carbono, metanol, metales pesados y pesticidas, algunas enfermedades profesionales y ambientales  |
| ENFERMEDADES NEURO-DEGENERATIVAS  | Debidas a la degeneración progresiva de las funciones nerviosas  | Enfermedad de Parkinson, enfermedad de Alzheimer, esclerosis múltiple, corea de Huntington  |
| TRASTORNOS MENTALES Y RELACIONADOS CON EL USO DE SUSTANCIAS  | Debidos a causas orgánicas y/o ambientales; debidos al uso de sustancias psicoactivas  | Depresión, histeria, paranoia, esquizofrenia, retraso mental, trastornos psicosomáticos, trastornos causados por el consumo de alcohol, anfetaminas, opiáceos, cocaína, hachís, nicotina  |
| ENFERMEDADES METABÓLICAS  | Debidas a anomalías de las reacciones químicas metabólicas, que normalmente dirigen la síntesis o la destrucción de las moléculas  | Fenilcetonuria, gota, diabetes mellitus  |
| [ENFERMEDADES POR DESEQUILIBRIOS NUTRICIONALES](http://www.profesorenlinea.cl/Ciencias/AlimentacionEnfermedades.htm)  | Debidas a la ingesta reducida o excesiva de sustancias nutritivas, a disturbios de la absorción o a la carencia de elementos nutritivos esenciales  | Anorexia, obesidad, kwashiorkor, escorbuto, pelagra, malnutrición, avitaminosis  |

**Salud** es definida por la Constitución de 1946 de la **Organización Mundial de la Salud** como el estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.

También puede definirse como el nivel de eficacia funcional y/o metabólica de un organismo tanto a nivel micro (celular) como en el macro (social).

Por lo tanto, una enfermedad sería una "Alteración o desviación del estado fisiológico en una o varias partes del cuerpo, por causas en general conocidas, manifestada por síntomas y signos característicos, y cuya evolución es más o menos previsible”.

Otra definición dice que enfermedad es una “Amenaza para la salud identificada desde la ciencia o desde un punto de vista ético, causado por virus, bacteria, hongo, parásito u otro agente patógeno”.

La **enfermedad** (palabra que viene del latín y que significa «falto de firmeza») es un proceso que se desarrolla en un ser vivo, caracterizado por una alteración de su estado normal de salud.

El estado y/o proceso de enfermedad puede ser provocado por diversos factores, tanto intrínsecos (internos) como extrínsecos (externos) al organismo enfermo: estos factores se denominan **noxas** (del griego **nósos**: «enfermedad», «afección de la salud»).

La salud y la enfermedad son parte integral de la vida, del proceso biológico y de las interacciones medioambientales y sociales.

Generalmente, se entiende a la enfermedad como una entidad opuesta a la salud, cuyo **efecto negativo** es consecuencia de la alteración del estado fisiológico y/o morfológico considerados como normales, equilibrados o armónicos (véase [**homeostasis**](http://es.wikipedia.org/wiki/Homeostasis)) de un sistema a cualquier nivel (molecular, corporal, mental, emocional, espiritual, etc.).

Síntoma y signo:

En un sentido estricto, se denomina síntoma a todas las quejas subjetivas, o molestias experimentadas por el paciente y que él comunica. Se reserva el nombre de signo, a los índices objetivos y observables por el examinador. De este modo, serían síntomas: las vivencias delirantes, las alucinaciones, los temores, etc.; en cambio, serían signos: los movimientos estereotipados, las conductas autistas, la fuga de ideas, etc

No obstante, en la práctica clínica, esta diferencia es poco útil y se entiende por síntoma de un trastorno psíquico a la totalidad de las manifestaciones de éste, tanto subjetivas, como objetivas.

Los síntomas propiamente tales, constituyen alteraciones mas o menos transitorias, que irrumpen modificando el habitual modo d ser del individuo; el que los vive como algo nuevo y en cierto modo, venido desde fuera y no los engloba, por lo tanto, en la experiencia de sí mismo, ni los identifica con su personalidad (egodistonía).

Los síntomas, por otra parte, se diferencian de los rasgos, por cuanto, estos últimos son vivenciados como algo más próximo a sí mismo y la persona, por lo general, se identifica y hace causa común con ellos (egosintonía).

Otra diferencia existente entre síntoma y rasgo, es que los primeros son siempre patológicos; mientras que los segundos, pueden ser tanto “normales”, como “anormales” o “patológicos”.

Según Jaspers, hay que distinguir los síntomas primarios, de primer orden o axiales; o sea, aquellas manifestaciones que son características o propias (patognomónicas) de una alteración psíquica, de los síntomas secundarios o marginales, es decir, aquellos que son accesorios, no siendo privativos de un determinado trastorno mental y que pueden surgir, incluso, como una elaboración posterior.

El síndrome, por su parte, se define como un complejo de síntomas que se presentan simultáneamente y con regularidad y que de algún modo se hayan genéticamente vinculaos entre sí.

La expresión genéticamente vinculados entre sí, se refiere, a que los síntomas que componen el síndrome se relacionan entre sí no de un modo casual, sino que porque en su base hay mecanismos fisiopatológicos o psicopatológicos comunes.