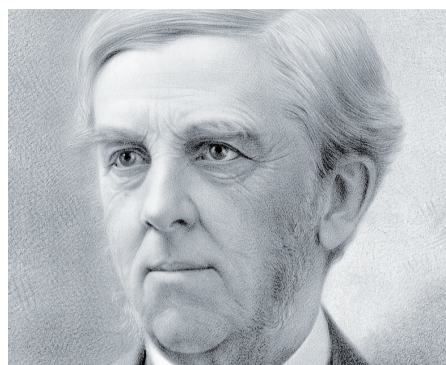


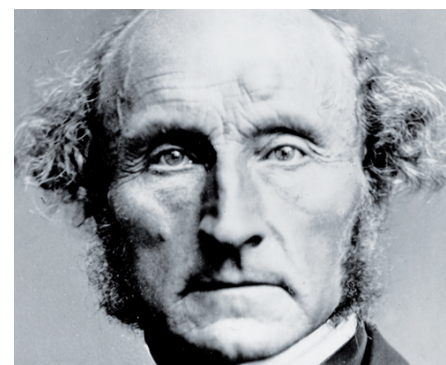
Otto Von Bismarck



Oliver Wendell Holmes



John F. Kennedy



John Stuart Mill

## Educación para la Salud

YA PASARON LOS TIEMPOS EN LOS QUE EL MÉDICO, EL CURA, EL MAESTRO Y EL ALCALDE ERAN LOS AMOS DEL PUEBLO; igual que pasó el tiempo en el que las órdenes del médico eran mandato divino. La educación también pasó de ser vertical a ser horizontal, con una lamentable caída de la autoridad moral de los maestros y los padres. Hoy puede más la influencia de mister Google o la opinión de la manada que la experiencia vivida en el seno de la familia o la escuela.

**LOS CONCEPTOS DE SALUD Y ENFERMEDAD** también han cambiado. La enfermedad es más que la ausencia de salud y la salud es más que la ausencia de enfermedad. Todos estos cambios se han ido produciendo paulatinamente, con la inercia del peso del progreso; pero seguimos enfermando y seguimos necesitando la ayuda médica. La escuela no enseña a preservar la salud ni instruye en el arte de evitar la enfermedad. La sociedad tampoco ayuda. Nos dicen que la alimentación es fundamental, y a nuestro alrededor prolifera la comida basura; nos dicen que el cuidado del medio ambiente es esencial, y vivimos rodeados de toxicidad, polución, ruido y suciedad. Hay contradicciones en los mensajes; lo cual equivale a decir que falla la educación; y nos asfixia la sobreenformación para el consumo irracional de cosas que no necesitamos o que incluso nos hacen daño.

**EN LO REFERENTE A LA SALUD PASA ALGO PARECIDO.** Multitud de mensajes contradictorios; mezcla de marketing, propaganda y estética floral, pero escaso fondo documental. La pandemia del coronavirus es un ejemplo paradigmático de la confusión, de la intoxicación informativa, de los mensajes sectarios, de la falta de compromiso profesional. Todos los servicios públicos, que debieran estar disponibles para servir a la sociedad que los mantiene, se autoexcluyen, incluida la medicina ortodoxa, dejando toda la carga a los servicios de intendencia. El resto, detrás de la ventanilla, al teléfono o en frente de la pantalla del ordenador, con suficiente distancia por medio, para ahuyentar la peste (de la que se cobra y a la que se le niega el servicio).

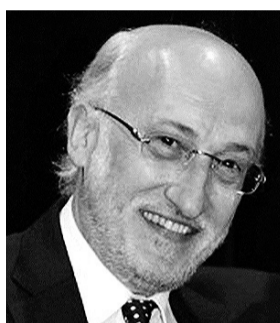
**¿QUÉ ESTÁ FALLANDO?** ¿Qué nos está convirtiendo en enemigos de

nosotros mismos? ¿Qué nos aleja de los umbrales de eficiencia en el compromiso social al que todos estamos obligados? No cabe duda que nos encontramos ante una de las peores crisis de la educación, a cualquier nivel, en cualquier latitud, con carácter multidimensional. También en salud, porque la salud es un bien de consumo del cual somos responsables individualmente, pero que, cuando se altera, requiere del concurso económico de todos para cubrir el gasto (horas de trabajo perdidas, costes diagnósticos, consumo farmacéutico, cobertura de discapacidad, pensión). Para eso creó **von Bismarck** la Seguridad Social, la cual tenía sentido cuando la población mayor de 65 años no alcanzaba el 1%; pero no ahora, con un tercio de la población improductiva (infantil, discapacitada, enferma, vieja), donde uno tiene que dar de comer a cuatro. Y cuando este Banco en quiebra no da más de sí, cada uno tiene que hacer frente a su propia vulnerabilidad con su patrimonio.

**POR LO TANTO, EL PRIVILEGIO DE LA SALUD**, que hemos convertido en derecho, también tenemos que transformarlo en obligación para preservarlo; y la preservación de la salud requiere educación; una educación que debe empezar en la escuela y en la familia, continuar en la universidad y en lugar de trabajo y culminar en los servicios sanitarios, donde los médicos tienen que pasar de dar órdenes a convencer y motivar, deben pasar de demandar pleitesía a servir con humildad a la sociedad cuya salud deben cuidar, empezando por la educación antes que la pastilla; porque la medicina también tiene que pasar de ser reparadora, cuando el daño ya está hecho, a predictiva, cuando el daño todavía puede evitarse mediante la prevención efectiva.

**SIN EDUCACIÓN NO HAY PREVENCIÓN POSIBLE**, igual que sin predicción es impensable hacer planificación preventiva. **Diógenes Laertius** ponía en boca de **Aristóteles** en *Lives and Opinions of Eminent Philosophers* un par de dichos: "La educación es un ornamento en la prosperidad y un refugio en la adversidad"; "las raíces de la educación son amargas, pero sus frutos son dulces". La educación en salud requiere un nuevo esfuerzo pedagógico por parte del médico y un es-

{ EL EXPERTO }



Ramón Cacabelos

Catedrático de Medicina  
Genómica

**La pandemia del coronavirus es un ejemplo paradigmático de la confusión, de la intoxicación informativa, de los mensajes sectarios, de la falta de compromiso profesional**

**La dosis tiene que ajustarse al efecto; y la educación y el tratamiento tienen que dirigirse a un objetivo**

**Esta nueva medicina demanda instrucción médica, para que los médicos no sean un obstáculo al progreso**

fuerzo de aprendizaje por parte del paciente. El médico tiene que explicar al paciente lo que le ocurre, lo que tiene que tomar, y el paciente tiene que entender lo que le pasa (él/ella o su familia, cuando la capacidad cognitiva es limitada) y por qué tiene que tomar un medicamento determinado; no basta con tomarlo; hay que entender más cosas (efectos adversos, limitaciones, interacciones), sin olvidar que más del 60% de los fracasos terapéuticos son por incumplimiento de la pauta de tratamiento ordenada por el médico; pero gran parte del fracaso es por la falta de información del paciente sobre la importancia de la medicación que toma para curar la enfermedad que padece o, al menos, para aliviar sus síntomas.

**DICE UN PROVERBIO CHINO** que por naturaleza todos somos iguales,

pero por educación todos somos diferentes. La nueva medicina hoy, gracias a la genómica, también nos permite diferenciarnos por nuestras debilidades y nuestras fortalezas, para saber cómo protegernos frente a la enfermedad, para anticiparnos a los problemas y para personalizar los tratamientos. Esta nueva medicina demanda instrucción médica, para que los médicos no sean un obstáculo al progreso, para que los médicos no caigan en descrédito cuando incurran en la torpeza de decir que lo que ellos no conocen no existe; y requiere instrucción laica para que el usuario de los servicios médicos sepa lo que puede esperar de la medicina genómica, de la información genética, de la farmacogenética, sin caer en fantasías imposibles. En uno de sus Discursos, Epicteto declaraba que "solo la gente educada es libre".

**EURÍPIDES DECÍA EN PHRIXUS** que "quien descuida el aprendizaje en su juventud, pierde el pasado y está muerto para el futuro"; pero el aprendizaje de la salud y del bienestar no tiene edad; es una tarea permanente mientras hay vida. La educación es un ejercicio para el cultivo de la voluntad. En *The Crime of Sylvestre Bonnard*, **Anatole France** escribe: "Una educación que no cultiva la voluntad es una educación que deprava la mente". La educación enseña a ser y estar en todo momento, sabiendo guardar la compostura más adecuada ante el dolor, el sufrimiento, la recuperación o la pérdida. **Robert Frost** escribía en el *Reader's Digest* de abril de 1960: "La educación es la capacidad de escuchar casi todo sin perder el control o la confianza en uno mismo". La educación tiene que ser un aprendizaje activo que nos permita entender lo que hacemos y por qué lo hacemos, lo que tomamos y para qué lo tomamos, los beneficios que aporta y los riesgos que tiene cualquier medicación que tengamos que consumir. En Fragmentos, **Heráclito** decía: "Mucho aprendizaje no enseña a entender".

**LA DOSIS SIEMPRE ES MUY IMPORTANTE**; en la vida, en los fármacos, en los vicios, en el amor. La dosis tiene que ajustarse al efecto; y la educación y el tratamiento tienen que dirigirse a un objetivo. En una conferencia impartida en la Universidad de Harvard el 5 de noviembre de 1886, **Oliver Wendell Holmes**

manifestaba a su audiencia: "La parte principal de la educación intelectual no es la adquisición de hechos, sino aprender a hacer que los hechos tengan vida". En un discurso en la misma universidad, en 1956, el presidente **John F. Kennedy** expresaba que "el objetivo de la educación es el avance del conocimiento y la difusión de la verdad"; y los médicos tienen la obligación de educar en salud para que los nuevos conocimientos de la medicina lleguen a sus pacientes a través de personas versadas y no a través del filtro periodístico o la charca de opiniones interesadas de Internet. El poeta americano **Henry Wadsworth Longfellow** decía en *Hyperion*: "Una sola conversación al otro lado de la mesa con un hombre sabio es mejor que diez años de mero estudio de los libros". Aunque la frase es un poco exagerada y nunca el desprecio de los libros es un buen consejo, Longfellow está cargado de razón sobre la importancia de que quien instruye tenga conocimiento de lo que habla y aporte sabiduría a la información.

**EN SU OBRA ON LIBERTY, DE 1859, JOHN STUART MILL** plasmó lo siguiente: "La naturaleza humana no es una máquina que debe construirse según un modelo, y que se establece para hacer exactamente el trabajo prescrito para ello, sino un árbol que requiere crecer y desarrollarse por todos lados, de acuerdo con la tendencia de las fuerzas interiores que lo convierten en un ser vivo". La nutrición de ese árbol determinará la naturaleza de sus frutos. Así lo veía **Platón** en su *República*: "La dirección en la que la educación comienza a construir a un hombre, determinará su vida futura". En salud, también. La orden compulsiva es perjudicial; la motivación, el entendimiento del por qué, la percepción del beneficio es el camino para que el paciente asuma el valor de la orden terapéutica. **Platón** decía que "el conocimiento que se adquiere bajo coacción no se sostiene en la mente".

**PLUTARCO, EN LA SECCIÓN DEDICADA A LA EDUCACIÓN DE LOS NIÑOS** en su obra *Moralia*, lo mostraba con gran belleza y elocuencia: "La naturaleza sin aprendizaje es ciega, el aprendizaje alejado de la naturaleza es fragmentario, y la práctica en ausencia de ambos carece de sentido".