

Proyectos de calidad de vida: el mejor medio para la construcción de mejores seres humanos *

Quality of life projects: the best means for constructing better human beings

Ricardo Lugo Robles ¹

ABSTRACT RESUMEN

In the following text considerations about quality of life are presented and at the same time about how is it understood in the subject "Approximation to collective health". These appreciations are co-related with the implementation of a Program called "School as a quality of life promotion center", proposed by the subject for schools in Soacha, Cundinamarca. It is proposed that the subjectivity involved in quality of life, it must be taken into consideration that it is possible to direct this programs and projects contribute to the formation of "better" people, this is, freer and more socially responsible. A better quality of life must be reflected in the skills of the individuals to learn and use the understanding of the world, and in that way enhance the life conditions and contribute positively to society.

Keywords Quality of life, collective health, health promotion, subjectivity, society, life conditions, skills

En el presente texto se presentan consideraciones acerca de la Calidad de Vida y a su vez como es entendida en la asignatura "Aproximación a la Salud Colectiva". Estas apreciaciones se correlacionan con la implementación de un Programa denominado "Escuela como centro promotor de calidad de vida" propuesto por la asignatura en escuelas del municipio de Soacha- Cundinamarca. Se propone que desde la subjetividad que encierra la calidad de vida, se debe tener en cuenta que es posible encaminar los programas y proyectos para que contribuyan a la formación de personas "mejores", esto es; más libres, y más responsables socialmente. Una mejor calidad de vida debe reflejarse en las habilidades del individuo para aprender y utilizar su entendimiento del mundo y así mejorar sus condiciones de vida y aportar de manera positiva a la sociedad.

Palabras clave Calidad de vida, Salud Colectiva, Promoción de la salud, Subjetividad, Sociedad, Condiciones de vida, Habilidades.

* Artículo que surge a partir de las vivencias en la asignatura - Aproximación a la salud colectiva - y aportó en el trabajo final presentado para la misma

¹ Terapeuta Ocupacional en Formación. Facultad de Medicina, Universidad nacional de Colombia. relugor@unal.edu.co epic3@ricardo@gmail.com Dirección Carrera 12 B 12-72s Tel: 3003184593 y 8024859

INTRODUCCIÓN

En el presente escrito se presenta lo aprendido en la asignatura "Aproximación a la salud colectiva", en lo referente al concepto de calidad de vida. Igualmente, se pretende plasmar ideas acerca del tema, y correlacionar los proyectos realizados en la asignatura encaminados hacia la promoción de la calidad de vida con la formación de mejores seres humanos en la comunidad en la que se desarrollan tales proyectos. La convicción es que tales iniciativas, pueden apuntar hacia la construcción de una sociedad mejor y que los factores objetivos y subjetivos que involucra el término calidad de vida merecen ser tenidos en cuenta de manera cuidadosa. Hacia el final del escrito se dará opinión acerca de cómo estos proyectos y la participación en la asignatura que enriquece a la construcción de una mejor persona.

CALIDAD DE VIDA

Al revisar los referentes teóricos al respecto de la calidad de vida, es evidente que es un término que ha sido definido desde múltiples perspectivas. Esto consecuencia de ser un tema que interesa a todos y que está incluido en debates desde todas las carreras y asignaturas que se cursan en la Universidad Nacional; y que encierra todo lo que conlleva vivir mejor: desde la perspectiva económica, pasando por la salud, el deporte y la alimentación, hasta llegar al acceso a bienes culturales y el uso del tiempo libre, solo para nombrar algunos aspectos.

Al no encontrarse una única definición, es necesario entonces delimitar esta definición a dominios específicos como por ejemplo la población de referencia o el sector de destino. En el caso de esta asignatura, se habla de una población específica, los niños y sus familias, en primer lugar, y a la comunidad que gira alrededor de las escuelas en segunda instancia. Se involucra también el sector salud, desde una perspectiva amplia que incluye varios aspectos sociales de la salud. La asignatura Aproximación a la salud colectiva; como parte de la Línea de Profundización Salud Colectiva de la Facultad de Odontología, propone el entendimiento de la calidad de vida como una categoría compleja, que revela una visión de sujeto y sociedad, relacionada con las teorías de Manfred Max-neef y Amartya Sen (3).

A partir de esta definición nace el programa "Escuela como centro promotor de calidad de vida" que como su nombre lo indica entre sus objetivos se incluye; el cubrir las Instituciones Educativas "El progreso", "La Isla" y "Ciudadela Sucre" de la Comuna IV del municipio Soacha, en el ejercicio de los derechos; buscar la soberanía alimentaria y la construcción de capital social; y por último lograr los objetivos de forma participativa y mediante el diálogo de saberes (1), dando peso al factor subjetivo, a las relaciones en la consecución de la calidad de vida.

Para obtener estos objetivos se propuso potenciar la persona humana en el centro de los estudios y objetivos, como sujeto de bienestar. Esto permitiría un desarrollo de las capacidades de estos individuos que se propagará a sus comunidades, y por lo tanto, esas capacidades deben ser las adecuadas a la construcción de una mejor sociedad, más libre y que viva mejor. En esta comunidad, se observó que es evidente la necesidad de mejorar las condiciones de vida de la población y la crisis de derechos detectada por múltiples organizaciones (2). Una solución es iniciar a hablar de la calidad de vida desde la satisfacción de las necesidades básicas. Esto es, que sin la satisfacción de unos mínimos como pueden ser la vivienda, la alimentación y la educación, no se puede hablar de ningún otro tipo de calidad de vida. Lo que nos lleva a que las políticas sociales del municipio deben encaminarse hacia la consecución de estos mínimos, para empezar.

Estudiosos como Max-Neef (3), describen a estos mínimos como las necesidades axiológicas: ser, tener, hacer y estar; y además, considera que el ser humano tiene unas necesidades

existenciales que incluyen subsistencia, protección, afecto, entendimiento, participación, ocio, creación, identidad y libertad. Para este autor estos dos tipos de necesidades crean una relación compleja, ya que una necesidad satisfecha puede a su vez ayudar a la satisfacción de otras. Además cree que si bien, las necesidades básicas fundamentales de todos los individuos son similares, los satisfactores que los individuos utilizan para calificar la satisfacción o insatisfacción de sus necesidades, varía dependiendo de la comunidad en la que se vive; encontrándose un factor subjetivo en la definición de la calidad de vida para cada comunidad. Dependiendo a su vez del tipo de iniciativas que se utilicen en cada sistema social, económico y político para lograr tales mínimos.

Entonces se habla de un término complejo y multidimensional al mencionar la calidad de vida, que da cuenta de cómo las políticas sociales buscan la satisfacción de necesidades sociales colectivas e individuales para tener unas buenas condiciones de vida objetivas, al tiempo de un alto grado de bienestar "subjetivo". La objetividad, ligada directamente con la perspectiva común en la práctica de las ciencias de ver el mundo desde una perspectiva materialista, debe ser complementada con la subjetividad cuando se trabaja desde las ciencias sociales, pues toda esa supuesta objetividad está atravesada por un conjunto de valores y necesidades que motivan a los sujetos (4). Para mí la subjetividad es la capacidad de cada individuo de interpretar la realidad, de dar valores o connotaciones según los gustos e intereses de cada quien.

El bienestar puede ser definido además como "la cualidad de obtener satisfacción a través del disfrute de los recursos disponibles y no solo de su mera posesión. Está fuertemente ligado a los ingresos y la presencia de medios adecuados" (5).

Otro término que incide en el bienestar es el de la autonomía, definido de la siguiente manera: "la capacidad de materializar y decidir proyectos de vida de acuerdo a las necesidades. Depende en últimas del acceso y la distribución equitativa de oportunidades" (6). La anterior definición se encuentra en un documento de la República de Venezuela, en el que se reconoce además que -es deber de los estados garantizar el desarrollo y la preservación de la autonomía- respondiendo de esta manera a las necesidades sociales.

Entonces la adopción de una filosofía y perspectiva humanista del desarrollo y de la calidad de vida, debe incluir además de la satisfacción material, la potencialidad de vivir la vida en toda su amplitud, la potencialidad que existe en todas las personas de llegar a convertir su proyecto de vida en una realización concreta, que lleguen además a ejercer su autonomía y que su capacidad de decidir refleje la forma en que ven y hacen las cosas.

UN SER HUMANO "MEJOR"

Es mi posición todos los esfuerzos encaminados a promover una mejor calidad de vida, independiente del sistema político, social y económico en el que se encuentre, pueden y deben conllevar a que los individuos utilicen todo su potencial y lo exploten para ejercer su autonomía en la búsqueda de un mayor bienestar para sí mismos y para la comunidad en que habitan. La calidad de vida entonces se puede ver como un medio para lograr la formación de seres humanos mejores y, al mismo tiempo, es el fin de tal desarrollo de las potencialidades disponibles para los seres humanos, al verse mejorada por la participación de ellos mismos en su perfeccionamiento.

Toda esta calidad de vida se debe ver reflejada en la forma de actuar de la persona ante el mundo. En los niños, se debe reflejar en la forma en que curiosean e investigan para poder entender ese mundo en que viven de una mejor manera. En la persona joven, se refleja en el

entendimiento de las leyes económicas y sociales el involucramiento activo en la producción de bienestar para sí mismos y sus familias.

Pero que condiciones deben reunirse para que estos esfuerzos den como resultado una persona "mejor". A continuación daré lo que yo considero son los pasos indispensables para tal campaña. Sin embargo quiero decir aquí que lo que una persona considera como "mejor" debe ser dictaminado por la consciencia de cada uno. Nadie le puede decir a los demás como pensar o en que creer. Existen en nuestra sociedad, y han existido a lo largo de la historia, personas que se benefician de los demás, proporcionándoles reglas para pensar, limitando lo que pueden y no pueden llegar a ser. Cada persona tiene el derecho a encontrar su lugar en el mundo, a decidir que hacer con su vida y a llegar de este modo a un beneficio para sí mismo que contribuya a la creación de una sociedad mejor en la que todos podamos tener esa libertad de actuar y de pensar.

Para esto es necesario entender nuestra historia, saber exactamente de donde surgen las condiciones que nos atraviesan hoy en día. En la asignatura se llegó a tal conocimiento a través de la técnica de la cartografía social, realizando talleres de elaboración de mapas con los profesores, estudiantes y familias, en los que se construían entre todos una visión de la historia, la geografía y la realidad socio económica de la comunidad (7). La cartografía social se ha convertido en un excelente medio para que las comunidades recreen su historia y entiendan y ganen cada vez más consciencia de su lugar en el mundo. Sin duda las personas que participan en estas sesiones se convierten en mejores personas, al entrar en contacto con las visiones del mundo que tienen los otros de su comunidad y al hacer parte de la creación de soluciones.

La historia de nuestro país está llena de errores que hay que dejar de cometer. Por ejemplo en tiempos de la colonia, Colombia fue un puerto de entrada para los esclavos que venían a explotar las minas, aquí llegaban los negros a morir en la esclavitud y de aquí salían barcos llenos de nuestras riquezas para los ricos europeos. Nuestra historia presente no es más alentadora. La corrupción de la clase dirigente llega hasta los niveles más altos produciendo pérdidas por billones de pesos anualmente. Y nuestros dirigentes aún pretenden dejar que las multinacionales nos exploten indiscriminadamente.

Como se espera que actúe un ser humano "mejor" ante tal panorama? Cada quién tendrá su opinión de lo que es justo y lo que es más consecuente. Para mí, un ser humano mejor sería uno que no discrimine a la gente por su procedencia, que no explote la tierra y a los demás seres humanos indiscriminada e injustamente. Que sea equitativo; que no sea corrupto. Pero también que no sea incauto ni ingenuo, dándose cuenta de que las cosas están mal y de lo difícil que es lograr cambios duraderos al respecto.

Por esto la construcción de la Escuela Promotora de la Calidad de Vida acierta en que desde la escuela se debe intentar mejorar la calidad de vida de la comunidad. ¿Por qué? Porque nadie más lo va a hacer. Porque vivimos en una sociedad corrupta. Porque las comunidades alcanzan apenas a preocuparse por su supervivencia en un medio socio económico hostil. Porque los seres humanos aún no somos lo suficientemente buenos para dejar de cometer los errores de nuestra historia. Por medio del trabajo en la escuela se debe intentar la construcción de este ser humano más consciente, más equitativo, más justo, pero sobre todo, que trabaje por el mejoramiento de las condiciones de vida de su comunidad y que cree condiciones para que sus logros sean permanentes y continuos.

Se necesita también una reproducción de formas de actuar y ocuparse hábitos positivos y saludables para con sí mismo y con el medio. Lo que se da a los niños culturalmente será el alimento para la construcción de ese ser humano que sea capaz de levantarse del suelo y surgir

para cambiar el mundo. Además la cultura debe pasar a ocupar un lugar más preponderante en la creación de políticas encaminadas a la promoción de la calidad de vida. Porque por medio de la cultura también se puede cambiar el mundo, porque potencia las capacidades del individuo y su forma de relacionarse con los demás y con el entorno.

Mientras que en otras sociedades el acceso a la cultura está garantizado y es parte de lo que se considera calidad de vida. En la nuestra apenas si está considerado el acceso a servicios de salud y educación. La cultura es dejada de lado, cuando desde otras subjetividades es considerada vital. El consumo cultural debe ser adecuado y para esto es importante que haya en los medios un cambio positivo, que no haya desinformación, que no haya tanta violencia y sexualidad en la televisión. Que en vez de enseñar el egoísmo y la apatía, se enseñen maneras de crecer, tal vez por medio del servicio a otros. En las escuelas en las que funciona el proyecto se observa esto en el interés que demuestran las profesoras, y puede ser potencializado incluyendo el servicio a los demás dentro de los contenidos de las asignaturas de manera que los niños en su vida crezcan en solidaridad y deseos de sacrificarse por el bienestar general.

Más que enfocar la calidad de vida hacia el consumo de bienes, se debe enfocar hacia la adquisición de habilidades sociales, como la tolerancia y la no violencia. Una persona puede tener acceso a los más refinados contenidos culturales y eso no lo hace claramente una mejor persona. De qué sirve saber de música, de literatura y de arte, si no se aprende a perdonar, a tolerar, a respetar al otro? Hay que combatir el bien con el mal, hay que cambiar el odio por el amor, hay que ayudar a construir en vez de destruir, hay que aprender a escuchar y generar ideas, antes que imponer nuestra visión del mundo a los demás. Por lo menos es lo que creo que puede llegar a hacer un ser humano "mejor". Hay que escuchar al otro. Hay que buscar la paz y no la guerra.

La actual crisis humanitaria que se vive en Soacha es producto de esa guerra. Al mismo tiempo se está reproduciendo el conflicto por medio de la militarización de los niños y de la población en general (8). El soldado no sabe por qué se está matando, igual pasa con el guerrillero. El interés de este comentario no está en defender las instituciones e ideas de otros con mi propia vida, y me parece que una persona que utilice a los demás y les haga exponer su vida para defender sus intereses no merece ser considerada como una persona constructiva y respetuosa, es decir, una persona "buena". Desde mi subjetividad todos los hombres tienen derecho a vivir y a que se les respete su dignidad. La militarización de que están siendo objeto los habitantes de Soacha va en contra de ese respeto por su dignidad.

No por tener una persona todas sus necesidades cubiertas se convierte en una mejor persona. Hay gente que tiene los medios económicos y el acceso a la participación en la política además de gozar de un buen estatus social, y sin embargo no son buenas personas porque se lucran de los demás y ven aumentar su bienestar a causa de que disminuya el de los demás. Todos los políticos y empresarios corruptos caben en esta descripción. Igualmente los que conforman grupos armados y siembran el terror entre la población civil. Importante comentar un factor que involucra no solo a los habitantes de Soacha, sino también a todos los habitantes de las zonas en conflicto en Colombia. Es el de la salud mental de las víctimas de la violencia. Estas personas quedan con profundas heridas emocionales y su recuperación es costosa y difícil (9). Siendo estas personas las que en el futuro darán continuidad a la violencia que existe en Colombia.

Si no se rompe ese ciclo violento, no se podrá lograr un cambio real jamás. No se llegará a la reconciliación, y no podremos vivir tranquilos en este país. No es justo que aquí no se pueda llegar a viejo en paz, y que los que llegan a viejos estén condenados al olvido y la desprotección estatal y de los propios familiares. Indiscutiblemente, se debe adoptar una visión de la calidad

la vida atravesada por el eje natural del ciclo vital (10), del paso del tiempo y el envejecimiento y todo lo que esto conlleva.

Que hermoso sería que el día de mañana podamos mirar hacia atrás y ver que todos nuestros esfuerzos en últimas sirvieron para garantizar una mejor calidad de vida para nosotros y para los demás en nuestras comunidades. Pero esto no es posible si el acceso a las oportunidades no es equitativo, ya que la calidad de vida depende de factores externos a la persona, sumados a todos los esfuerzos que haya hecho de forma individual y con sus familiares para garantizarse un futuro mejor.

CONCLUSIONES

Entonces se debe concluir que todas estas cosas como la guerra, la desigualdad y la corrupción se interponen en el camino que las personas recorren en la búsqueda de bienestar, y que todos estos factores deben tenerse en cuenta, ya que consolidan la conformación de una identidad sociopolítica y psicosocial en el individuo, haciendo que este desde su subjetividad vea limitada su autonomía y su participación en el acceso de bienes de consumo y servicios que conllevan a una mejor calidad de vida.

También se debe destacar el papel que la cultura puede jugar en la conformación de esta subjetividad, ya que por medio de esta se puede inculcar en el individuo la necesidad de no reproducir las formas de actuar y ver el mundo que han llevado al estado actual en que se encuentra nuestra comunidad. Se debe ampliar el conjunto de satisfactores para incluir, además de las necesidades "económicas", la necesidad "cultural". La influencia de esto no debe subestimarse. Puede ayudar, por ejemplo, a que la persona aprenda a respetar su cuerpo y su sexualidad, siendo más responsables en términos reproductivos y relacionales.

La labor realizada por el grupo gestor del programa, "Escuela promotora de calidad de vida con enfoque de derechos", los iniciales niños, maestros y padres de familia que arrancaron el proceso de diagnóstico con la Universidad Nacional "debe ver reflejada esta visión, ya que es con el paso del tiempo que los niños que hoy estudian en estas escuelas, se convertirán en personas conscientes, pensantes y con las herramientas necesarias para transformarse a sí mismos y al mundo.

Finalmente quiero dejar plasmado que el camino para convertirse en una "mejor" persona lo debe recorrer cada uno, y que conlleva tiempo y reflexión, intento y error; y que puede ser facilitado si se cuenta con estrategias encaminadas a la satisfacción de necesidades, como las que se han propuesto desde el programa "escuela promotora de calidad de vida". Tal tarea puede empezarse desde los hogares, en las familias, en el trato con nuestros familiares y compañeros, con nosotros mismos y nuestro respeto por nuestra integridad y nuestra dignidad, y que debemos asumir esto como un proceso en construcción que debe prolongarse a lo largo de la vida hasta llegar la edad adulta.

AGRADECIMIENTOS

Fue un honor haber trabajado con todos los participantes en la cátedra: maestros, compañeros y miembros de la comunidad.

REFERENCIAS

1. **UNIVERSIDAD NACIONAL DE COLOMBIA**. Línea de profundización Salud Familiar y Comunitaria: Un Camino en Construcción. Facultad de Odontología. 2009
2. **FEDES**. Soacha: diagnostico FEDES Contexto, cifras, violencia intrafamiliar, derechos humanos, empleabilidad y vivienda. Fundación para la educación y el Desarrollo. 2008.
3. **MANFRED M, ANTONIO E, MARTIN H**. Desarrollo a Escala Humana. Development dialogue, número especial 1986. Consultado marzo de 2011. [Disponible en: <http://es.scribd.com/doc/10495115/Desarrollo-a-Escala-Humana-Manfred-Max-Neef>]
4. **KORNBLIHTT A**. Objetividad y subjetividad en el conocimiento científico. Medicina Buenos Aires 2001; 61: 232-234.
5. **PALOMBA R**. Calidad de Vida: Conceptos y medidas. Institute of Population Research and Social Policies. Roma, Italia;2002.
6. **AGENCIA DE COOPERACIÓN ALEMANA (GTZ)**. República de Venezuela. Estrategia de promoción de la calidad de vida. La construcción de políticas publicas por la calidad de vida desde una perspectiva de derecho y equidad. Ministerio de Salud y Desarrollo social. 2002
7. **CARTOGRAFÍA SOCIAL**. Consultado febrero de 2011. [Disponible en: [<http://juanherrera.files.wordpress.com/2008/01/cartografia-social.pdf>].
8. **FEDES, CID., MENCOLDES, SJR**. Personería Municipal de Soacha, Pastoral Social de Soacha Et al. Soacha, un silencio que grita. Crisis humanitaria y conflicto armado. (Falta año y edición)
9. **REVISTA SEMANA**. País en Duelo. Edición 1427. Septiembre 7 a 14 de 2009. Consultado en Febrero de 2011. [Disponible en: <http://www.semana.com/nacion/pais-duelo/128260-3.aspx>].
10. **AGENCIA DE COOPERACIÓN ALEMANA (GTZ)**. Estrategia de promoción de la calidad de vida. La construcción de políticas públicas por la calidad de vida desde una perspectiva de derecho y equidad. Ministerio de Salud y Desarrollo social. República de Venezuela.2002