

Educación en salud: Las decisiones sostenibles en el ámbito de la salud

Health Education: Sustainable decisions in the field of health

Carlos Augusto Sánchez Morales*, Julián Rubén García Flores**, Frida Zamara Mancilla Maya***



Resumen

El cuidado de y a los pacientes desde la perspectiva de la Enfermería implica distintas responsabilidades, las cuales poseen directrices que guían el comportamiento e intervienen en la toma de decisiones que impactan en el estado de salud del paciente, pero también en el medio ambiente.

La educación en salud es la base para la toma de decisiones, pues a través de está se proporcionarán herramientas necesarias, para que el paciente active sus propios recursos y capacidades para decidir consistentemente a tal grado que estas no comprometan de forma negativa a las generaciones futuras.

Lo anterior se propone que ocurra a través de la adopción de un modelo que generará una relación óptima enfermera - paciente, dónde la autonomía es la clave para la elección de deliberaciones basadas en valores personales y expectativas realistas, propiciando la participación activa del paciente y un mejor apego al tratamiento.

Partiendo de lo anterior se pretende favorecer la sostenibilidad de los servicios de salud y del medio ambiente.

Palabras Clave: autonomía, decisiones, educación, enfermería, paciente, salud, sostenibilidad.

Abstract

The care of and to patients from the perspective of nursing implies different responsibilities, which have guidelines that guide behavior and intervene in decision-making that impact the patient's health status, but also the environment. Health education is the basis for decision-making, since it will provide the necessary tools so that the patient activates their own resources and capacities to make decisions consistently to such a degree that they do not negatively compromise future generations.

The above is proposed to occur through the adoption of a model that will generate an optimal nurse-patient relationship, where autonomy is the key to the choice of deliberations based on personal values and realistic expectations, promoting the active participation of the patient and a better adherence to the treatment.

Based on the above, the aim is to promote the sustainability of health services and the environment.

*Profesor de licenciatura en Enfermería en Escuela de Enfermería María Elena Maza Brito del INCMNS; profesor de licenciatura en Derecho en UnADM, Jefe del Departamento de Reclutamiento, Selección y Capacitación de personal- INCMNSZ

**Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México

***Estudiante de licenciatura de Enfermería Escuela de Enfermería María Elena Maza Brito del INCMNSZ

Citar como:

Sánchez Morales CA, García Flores JR, Mancilla Maya FZ. Educación en salud: Las decisiones sostenibles en el ámbito de la salud. Rev CONAMED 2024; 29 (4): 343-348.

Conflicto de intereses:

"Los autores declaran no tener intereses personales, comerciales, financieros o económicos directos o indirectos, ni conflictos de interés de cualquier índole que pudieran representar un sesgo para la información presentada en este artículo".

Financiamiento: no existió financiamiento.

Keywords: autonomy, decisions, education, nursing, patient, health, sustainability.

INTRODUCCIÓN

El cuidado de los pacientes es la esencia de la Enfermería, este cuidado está fundamentado en valores, principios éticos y morales que tienen como objetivo principal atender el binomio máspreciado por los seres humanos: vida y salud.

El compromiso con el cuidado de la salud y la salvaguarda de la vida, implican responsabilidades fundamentales en este ámbito, como "*restaurar la salud, aliviar el sufrimiento, prevenir la enfermedad*", entre otras.

Para que estas responsabilidades funcionen en un escenario ideal, el común denominador es la toma de decisiones. Esas decisiones consideramos que deben de ser sostenibles, es decir, que procuren satisfacer las necesidades presentes sin afectar a las futuras generaciones en la satisfacción de sus necesidades. Previendo los riesgos y las consecuencias para nuestra salud y para el medio ambiente.

Es por ello que proponemos que las decisiones en este ámbito en especial deben basarse en un proceso que permita mantener el justo medio con respecto a la situación de salud de las y los pacientes.

La forma de lograrlo es nutrir y robustecer el momento de deliberaciones, pues a través de esto, se podría alcanzar un estadio de conciencia, autonomía y control sobre sus modos de vida, lo cual permitirá responsabilizar correspondientemente de sus actos hacia sí mismos, los demás y la naturaleza.

Lo anterior clarifica que la salud y la sostenibilidad van de la mano, y a su vez tienen como base las decisiones de las personas, sea para vivir de manera saludable y sostenible, o de manera insalubre e insostenible.

A continuación, se expondrán elementos que ayudarán a generar contexto a este asunto.

PRIMERA PARTE

El diccionario de la Real Academia Española define el término "*decidir*" como "*resolver, tomar determinación*

de algo", y por "*determinación*" debemos entender decidir algo, despejar la incertidumbre sobre ello.^{1,2}

La sostenibilidad, por su parte, se refiere a que "*la ciudadanía participe de las decisiones del proceso de desarrollo, atendiendo al paradigma en el que las consideraciones ambientales, sociales y económicas se balanceen en la búsqueda del desarrollo y una mejor calidad de vida*",³ presente y futura.

Las decisiones y la sostenibilidad van de la mano, pues mediante las determinaciones que las personas toman en su vida diaria, para propiciar a un mundo sostenible pero también pueden conducir a lo contrario.

Lo anterior implica que el proceso de toma de decisiones no es menor, ni ligero y requiere del desarrollo de habilidades que exigen a la persona la disposición de aplicar conocimientos para identificar, resolver y arbitrar problemas. De la misma manera, y con mayor razón, las decisiones en materia de salud deberían acompañarse de perspectivas éticas, considerando la valía de la acción humana, en conjunto con sus implicaciones para la sostenibilidad, destacando el respeto por la libertad de las personas, su dignidad, los derechos humanos, y su autodeterminación.

Estos principios éticos fundamentales funcionan como las directrices que guían el comportamiento y las decisiones en diversas situaciones, para ilustrar se plasman elementos correspondientes:

Beneficencia: se refiere a los actos de buena voluntad, amabilidad, caridad, altruismo, amor, y guía para realizar aquellos actos que son una exigencia ética en el ámbito de la Medicina.⁴

No-maleficencia: implica no infligir daño intencionalmente, y está orientado a la toma de determinaciones que no causen daños físicos, discapacidad, dolor, e incluso la muerte, sin negar la importancia de los daños mentales y las lesiones de otros intereses.⁴

Autonomía: pugna por la libertad individual para determinar sus propias acciones, de acuerdo con su elección, en este el paciente puede mostrar distintos niveles de habilidad para considerar una decisión autónoma, dependiendo de sus limitaciones internas o externas.⁴

Justicia: consiste en *“dar a cada uno lo suyo”*, así el enfermero necesita preocuparse por la manera de distribuir los recursos entre sus pacientes, como la disposición de su tiempo y atención de acuerdo a las necesidades que se presentan.⁴

Estos principios resultan ser trascendentales y fundamentales, pues si son bien entendidos y aplicados, propiciarán una decisión integral, buena, bien razonada.

Así las cosas, resulta claro que, para abordar ambos aspectos, es decir el cuidado de la salud, la vida y además darle un cobijo sostenible, se debe de proveer a la población de mejores capacidades para decidir en favor de su bienestar presente y futuro. En ese orden, planteamos como parte de la solución, la educación para la salud, la cual tiene aparejada definitivamente la participación de las personas dedicadas a la Enfermería.

Es por ello que en el siguiente apartado se expondrá la que corresponde a nuestra propuesta.

SEGUNDA PARTE

La educación en salud resulta ser uno de los pilares fundamentales en los que descansa la Enfermería que tiene como finalidad ayudar a los pacientes a desarrollar habilidades, actitudes, conocimiento y aumentar el grado de autoconciencia para asumir la responsabilidad de las decisiones relacionadas con su salud.

Según la OMS, la educación para la salud busca promover y mantener conocimientos, actitudes y prácticas saludables en las personas. Este proceso también puede prevenir enfermedades y promover el bienestar, fomentando la participación activa de las personas en el cuidado de su salud y en la toma de decisiones que favorezcan su bienestar físico, mental y social.⁵

La finalidad, pues, no es tanto que se lleven a cabo comportamientos definidos y prescritos por el experto, sino que se busca facilitar que el paciente movilice o active sus propios recursos y desarrollen capacidades que les permitan seleccionar decisiones consistentes y autónomas sobre su propia salud.⁶

También permitirá resaltar la importancia de los hábitos y acciones que repercuten en diversas formas con el medio ambiente, pues tales

responden orgánicamente al uso de recursos naturales y la producción de residuos que afectan nuestro ecosistema.

Es decir, las acciones de los pacientes relacionados con la salud, tienen una dimensión ambiental sin duda.

Entonces la educación para la salud debe de estar orientada a fomentar la participación del paciente, evitando el paternalismo profesional para establecer la relación de los hábitos de vida y el medio ambiente como factores de riesgo modificables para el desarrollo de la enfermedad.

Por lo tanto, el bienestar de la población humana y el de los ecosistemas, se encuentran interrelacionados y por ello debemos procurar a la población si queremos alcanzar la sostenibilidad, lo cual es evidente y orgánico pues quienes afectamos el ecosistema somos los seres humanos que pertenecemos a este.

Insistimos en que las decisiones ligeras y sin previsión podrían tener consecuencias malas, duraderas y de impacto a distintos ámbitos que tendrán efectos a lo largo del tiempo.

Tenemos ejemplos que evidencian lo anterior, como 1) fumar y/o el 2) consumo de alcohol, ambos generan un impacto en el medio ambiente, y están relacionados con el agotamiento de los recursos naturales, y la generación de cantidades masivas de desechos y contaminantes tóxicos, lo que ha generado cambios que afectan el planeta y a nuestra propia salud.⁷

1) Fumar: El cáncer de pulmón no sólo es la principal causa de muerte por cáncer, sino también la más prevenible,⁸ se sabe que la exposición al tabaco durante el embarazo se ha relacionado con disminución del peso al nacer.⁹

Diversos estudios han señalado que puede contribuir al sobrepeso u obesidad, así como aumentar el riesgo de enfermedades cardiovasculares y diabetes tipo 2, en la adultez temprana.⁹

Más aún la industria tabacalera cobra más de 8 millones de vidas humanas, 600 millones de árboles, más de 200,000 litros de agua y 84 millones de toneladas de dióxido de carbono (CO₂) anualmente.⁷

Estos impactos ambientales y en la salud han propiciado la generación de alternativas que los mitiguen o por lo menos tengan la finalidad de hacerlo, como la educación en salud.

En este caso se buscará capacitar al paciente a través del personal de Enfermería para integrar conocimientos, adaptar comportamientos y adquirir conductas favorables, enfocados en el sistema de creencias, valores y hábitos, proporcionando los instrumentos necesarios para ponderar decisiones sobre la reducción del consumo de tabaco y sus repercusiones en la salud y el entorno.

Es claro que las tomas de decisiones no deben ser ligeras, ni aventuradas, pues sus efectos no todos son previsibles y tampoco se podrán contener, mitigar o paliar en su totalidad.

2) Consumo de alcohol: El alcohol es una sustancia tóxica; y su consumo excesivo se asocia con enfermedades crónicas como cirrosis hepática, enfermedades cardiovasculares, cáncer y trastornos mentales, además de contribuir a problemas sociales.¹⁰ A nivel mundial, el consumo de alcohol contribuye a aproximadamente 303 millones de muertes al año.¹¹

Aunque los efectos del alcohol en la salud son ampliamente conocidos, sus impactos en el medio ambiente son menos reconocidos. La producción de alcohol implica el uso significativo de agua y energía. Por ejemplo, la producción de 1 litro de vino requiere 870 litros de agua y para 1 litro de cerveza se necesitan 298 litros.⁷ Además, la combustión del alcohol durante su consumo genera gases contaminantes, como dióxido de carbono (CO₂), monóxido de carbono (CO), óxidos de nitrógeno (NOx) y dióxido de azufre (SO₂), que contribuyen a problemas respiratorios y ambientales, como la lluvia ácida.¹²

Aquí también los profesionales de la salud, especialmente el personal de Enfermería, desempeñan un papel crucial como educadores en salud. Pues su cercanía, confianza y accesibilidad les permiten influir directamente en la adopción de estilos de vida saludables.¹³

Por ello, es fundamental que se detecte el consumo elevado de alcohol; y en su caso se prevenga a los consumidores sobre los peligros de su abuso y desarrollen habilidades para sus futuras decisiones. Este enfoque integral contribuye tanto

a la salud individual como al cuidado del medio ambiente.

En este caso también la oportunidad de asesorar a los pacientes sobre los beneficios e importancia de sus elecciones diarias, en la mejora de su propia salud y del ambiente.⁷ pretendemos se asuma por el gremio de Enfermería, pues este destaca por fungir como informantes, abogados, defensores de los derechos y de la salud del paciente, entregando información y apoyo de manera gradual, tal como la educación e información al paciente en su proceso de enfermedad; la entrega de herramientas para facilitar y promover la toma de decisiones asertivas.¹⁴

Ahora bien, como se dijo ya, la atención del paciente, su vida y salud son la esencia de la Enfermería y uno de los pilares más robustos para materializarla le corresponde a la educación para la salud, pues a través de esta se advierte la oportunidad de generar un mejor escenario para la toma de decisiones mismas que deberían basarse en elementos y circunstancias que la hagan sostenible de la forma más amplia posible.

Proponemos entonces acudir a un modelo robusto de impactos múltiples y positivos que hagan la tarea más simple y cómoda. Este no sólo debe quedar a cargo de una de las partes involucradas, sino que debe ser implementado de manera conjunta, dividiendo las tareas entre quienes realmente les corresponden y en este contexto, destaca definitivamente la intervención de enfermeros y enfermeras.

Lo anterior es claro pues a través de ellos y ellas se podrían promover elementos consistentes y claros que propicien enseñanza a través de la educación en salud proveída por el personal de Enfermería.

Lo anterior nos acerca al apartado fundamental de este documento el modelo que proponemos se replique para este ámbito.

EL MODELO

En este caso, retomamos el modelo de toma de decisiones en salud de Ottawa, que se basa en principios éticos y recobra la importancia de apreciar la autonomía del paciente para discriminar el paternalismo profesional, en el que se presupone

que el paciente es incapaz de considerar decisiones que beneficien su estado de salud, y por lo tanto, su participación se ve reflejada en cumplir únicamente con las indicaciones que el profesional experto estima como oportunas.¹⁵

El núcleo principal del modelo de toma de decisiones denota la relación del personal de Enfermería-paciente, al entender la valía de contemplar aspectos como la receptividad y características del paciente, los valores personales y familiares, así como su sistema de creencias, pero al mismo tiempo busca vencer las barreras en el proceso de comunicación, al brindar información clara, oportuna, suficiente y veraz.

Lo anterior propicia una decisión informada, basada en valores personales, con expectativas realistas, para que el paciente exprese satisfacción por esa decisión, logrando una participación activa y un mejor apego a su tratamiento, lo cual, además favorecerá la sostenibilidad de este ámbito.

Aunado a esto, es necesario clarificar la importante participación de los profesionales de Enfermería en la implementación de intervenciones dentro del proceso de apoyo decisional, pues a través de ellos y ellas, se podrán esclarecer las necesidades de decisión y los valores personales, pero no sólo eso orientará la deliberación y la comunicación asertiva en materia de salud y; la monitorización de este proceso.

Basado en lo anterior, resulta fundamental advertir que el papel del profesional de Enfermería en la educación para la salud, no se trata sólo de proporcionar indicaciones que el paciente debe seguir. Aunque en efecto, busca proporcionar las herramientas necesarias para que, el paciente pueda comprender la trascendencia de sus decisiones y los beneficios que estas aportan para su salud y el medio ambiente; la intención es que guíe.

Por lo tanto, es crucial que el profesional de la salud se esfuerce por dejar atrás el paternalismo profesional que trae sesgos decisionales, que se evidencian en el proceso salud-enfermedad.

Por este motivo se toma en máxima consideración el papel de las y los enfermeros en la educación para la salud, pues en ellos recaerá el deber de brindar herramientas que sustenten en conjunto con los demás elementos de los otros

profesionales en salud, el proceso deliberativo del paciente.

Todo lo anterior constituye una oportunidad de cambio evidente, y así como una mayor expansión de la autonomía y libertad del ser humano, que claramente forma parte de un ciclo virtuoso.

CONCLUSIÓN

El rol de la Enfermería en la educación es fundamental para generar estilos de vida saludables y sostenibles. El modelo de educación en salud que proponemos facilita al paciente el desarrollo de capacidades para la toma de decisiones conscientes y autónomas sobre su propia salud al ofrecer información y el apoyo que permita elegir hábitos saludables y modificar factores de riesgo, presentes y futuros. Pero no sólo eso propiciará que esas decisiones descansen en un escenario de sostenibilidad, lo que en definitiva sobrepasa el interés personal para transformarse en un interés de la humanidad. Por lo tanto, los enfermeros y las enfermeras son piezas clave para lograr un sistema de salud que priorice tanto la salud de las personas como la del planeta. Su papel es fundamental para asegurar la equidad en el acceso a tratamientos y promover prácticas que beneficien a todas las poblaciones, especialmente a las más vulnerables.

Al enfocarse en los derechos de los pacientes como seres humanos capaces de tomar decisiones, se les proporciona la información necesaria para que puedan hacerlo de manera informada y responsable.

En definitiva, la sostenibilidad en salud no sólo pretende mejorar la calidad de vida de los pacientes, sino también proteger el medio ambiente y asegurar un futuro saludable para las próximas generaciones.

REFERENCIAS

1. Bioética y toma de decisiones en Enfermería (A. Arratia) [Internet]. Bioética en la Red: La bioética. 2004 [citado el 10 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://www.bioeticaweb.com/bioactica-y-toma-de-decisiones-en-enfermerasa-a-arratia/>
2. Heliosherrera.mx. [citado el 10 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://heliosherrera.mx/poder-de-la-determinacion/>
3. Cortés Mura HG; Peña Reyes JI; De la sostenibilidad a la sustentabilidad. Modelo de desarrollo sustentable para

- su implementación en políticas y proyectos. *Rev Esc Adm Neg* [Internet]. 2015 [citado el 10 de marzo del 2024];(78):40–54. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=20640430004>
4. Ferro M; Molina Rodríguez L; Rodríguez G WA; La bioética y sus principios. *Acta Odontológica Venezolana* [Internet]. Junio de 2009 [citado el 10 de marzo de 2024]; 47(2): 481–487. Disponible en: http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0001-63652009000200029&lng=es
 5. Martínez Sánchez LM; Hernández-Sarmiento JM; Jaramillo-Jaramillo LI; Villegas-Alzate JD; Álvarez-Hernández LF; Roldan-Tabares MD; et al. La educación en salud como una importante estrategia de promoción y prevención: Health education as an important promotion and prevention strategy. *Arch Med (Manizales)* [Internet]. 2020 [citado el 10 de marzo de 2024];20(2):490–504. Disponible en: <https://revistasum.umanizales.edu.co/ojs/index.php/archivosmedicina/article/view/3487>
 6. Riquelme Pérez M; Metodología de educación para la salud. *Pediatr Aten Primaria* [Internet]. 2012 [citado el 10 de marzo de 2024]; 14:77–82. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1139-76322012000200011
 7. Egea Ronda A; del Campo Giménez M; Estilos de vida, sostenibilidad y salud planetaria. *Rev clín med fam* [Internet]. 2023 [citado el 10 de mayo de 2024];16(2):106–15. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1699-695X2023000200008&lng=es
 8. Zinser JW. Tabaquismo y cáncer de pulmón. *Salud Pública Mex* [Internet]. 2019 [citado el 10 de marzo de 2024];61(3, may-jun):303. Disponible en: <https://www.scielosp.org/article/spm/2019.v61n3/303-307/es/10>
 9. Chinchilla Araya T, Durán Monge M del P. Efectos fetales y posnatales del tabaquismo durante el embarazo. *Med Leg Costa Rica* [Internet]. 2019 [citado el 10 de marzo de 2024];36(2):68–75. Disponible en: http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152019000200068&lng=en
 10. Ahumada-Cortez JG, Gámez-Medina ME, Valdez-Montero C. el consumo de alcohol como problema de salud pública. *Ra Ximhai* [Internet]. 2017 [citado el 10 de marzo de 2024];13(2):13–24. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=4615451000>
 11. De Salud S. Aumenta el consumo de alcohol entre jóvenes [Internet]. *gob.mx*. [citado el 10 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://www.gob.mx/salud/articulos/aumenta-el-consumo-de-alcohol-entre-jovenes>
 12. Fuentes G. Qué daños causa el alcohol al medio ambiente [Internet]. *Mundo Sustentable*. 2023 [citado el 10 de marzo de 2024]. Disponible en: <https://mundosustentable.com.mx/que-danos-cause-el-alcohol-al-medio-ambiente/>
 13. Llisterri JL, Amezcua M, García Pedregal E, Jordana J, Rodríguez Sampedro A, Villarino Marín A. Educación ante el consumo de riesgo de bebidas alcohólicas. Una propuesta de acción interdisciplinaria desde el profesional de la salud. *Hospital Nutr* [Internet]. 2020 [citado el 10 de marzo de 2024];37(3):609–15. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112020000400026&lng=es
 14. León FJ, Buratti C, Schwartzmann J. El Consentimiento Informado y el profesional de Enfermería: estudio cualitativo en Hospital público de Chile y Eleuthera [Internet]. 2009 [citado el 22 de marzo del 2024]; 3:221–37. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=585961832011>
 15. Mosqueda-Díaz A, Mendoza-Parra S, Jofré-Aravena V. Aporte de Enfermería a la toma de decisiones en salud. *Revista Brasileira de Enfermagem* [Internet]. 2014 [citado el 22 de marzo de 2024]; 67(3):462–7. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=267031414020>