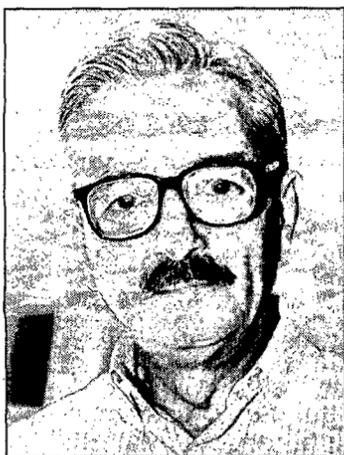


## Salud integral (II)



Algunos estudiosos piensan que los problemas son debidos a desadaptaciones producidas por diferencias entre los diversos grupo sociales en competencia, diferencias que originarían estados de ansiedad o angustia. Esta podría ser la razón para explicar por qué en los países en los que la población es uniformemente pobre, el problema de las enfermedades mentales es de mucha menos cuantía que en los países desarrollados donde existen grupos económicamente diversificados.

La salud mental no es una condición estática, sino sujeta a variaciones e influida por factores tanto biológicos como sociales. Es, al igual que la salud física, una manifestación ecológica de la relación individuo-ambiente.

***El concepto de salud mental implica la capacidad del individuo para establecer relaciones armoniosas con otro, y para participar en modificaciones de su ambiente físico y social***

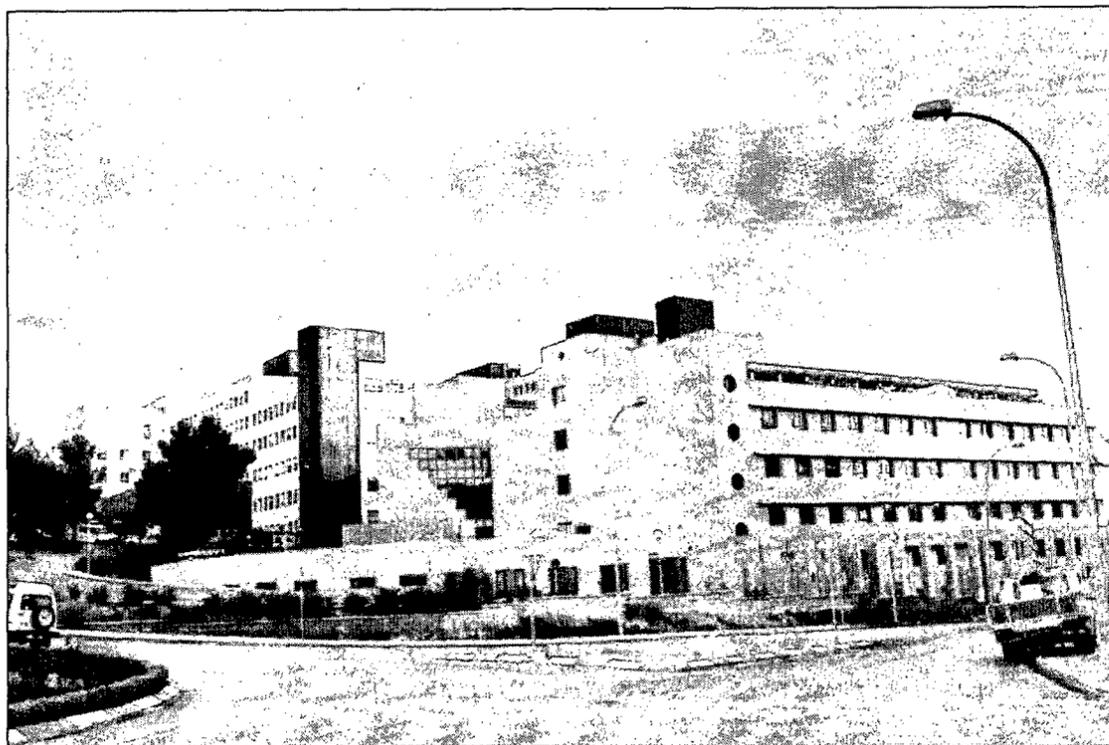
El concepto de salud mental implica la capacidad del individuo para establecer relaciones armoniosas con otro, y para participar en modificaciones de su ambiente físico y social, o de contribuir a él de modo constructivo.

La medicina psicosomática es de tendencia integral, es decir, estudia al hombre

como un todo. No se ocupa sólo de las alteraciones funcionales, de los trastornos psicológicos, ni de los tipos especiales de enfermedades que se ha dado en llamar psicosomáticas, sino de la totalidad de los individuos y de sus padecimientos, puesto que siempre, tanto en la salud como en el sufrimiento, la psique y el soma están en constante relación e interacción.

Este concepto de medicina psicosomática es muy antiguo, Platón, Aristóteles e Hipócrates ya se refirieron al concepto de la totalidad del cuerpo-alma. Los médicos antiguos griegos, chinos, hindúes ya usaron la psicoterapia, posteriormente los árabes la ampliaron durante los siglos XVII y XVIII y Carcot impuso la psicoterapia científicamente. Con el tiempo la división artificial vida física y vida mental ha ido desapareciendo. Se ha demostrado que cada órgano de nuestro cuerpo es influido en su funcionamiento, y aún en su estructura, por factores mentales o emocionales derivados, por ejemplo, de desadaptaciones. Los médicos clínicos descubren que al menor el 70% de los enfermos presenta algún trastorno emocional asociado con la enfermedad. Los actuales planificadores caen en el error que fragmenta al individuo en su existencia indivisible. Así unos tratan el ojo, otros el estómago, etc. No es, pues, la medicina psicosomática una especialidad, sino que, tal como la medicina preventiva, es un aspecto de la atención médica que debe ser ejercido en todas las fases del proceso médico terapéutico.

Las emociones desfavorables acumuladas por el individuo, actúan también a través de los mismos sistemas (nervioso y endocrino) produciendo trastornos funcionales, o sea reacciones no útiles al organismo. Los estados de ansiedad, al actuar durante largos procesos de tiempo, son capaces de alterar no sólo las funciones, sino también las estructuras orgánicas. Estos fenómenos psicológicos son frecuentemente el resultado de condi-



ciones sociales desfavorables, que angustian al individuo y constituyen los factores psicosociales. El médico práctico deberá siempre

***Las emociones desfavorables acumuladas por el individuo, actúan también a través de los mismos sistemas produciendo trastornos funcionales, o sea reacciones no útiles al organismo***

buscar el componente emocional de los trastornos orgánicos que diagnostica. Como el componente psíquico está presente en todas las alteraciones de la salud, produce un trastorno económico grave al disminuir la productividad del individuo y su asistencia al trabajo. Junto a la gripe, constituye, en las industrias, las causas más importantes del ausentismo. Esta situación se agrava al considerar que la incidencia de estos padecimientos es mayor en el hombre que en la mujer du-

rante el periodo de máxima actividad de producción.

Al ser aceptado el concepto de la medicina psicosomática, tanto la medicina preventiva como la curativa tendrán que dedicar los mismos esfuerzos al mantenimiento de la salud del cuerpo y de la mente, así como al tratamiento de las alteraciones que afectan a ambas.

En muchas sociedades actuales, la mayoría de las personas son asalariadas, es decir, gente de recursos económicos limitados. La medicina moderna, debido a la especialización y a su avance técnico, resulta excesivamente cara para el poder adquisitivo de la población.

El 80% de los padecimientos clasificados como de etiología inespecífica u oscura (OMS), son susceptibles de ser tratados con éxito por las estrategias múltiples de la medicina psicosomática, ya que éste procedimiento induce a cambios en la actitud del individuo para con su ambiente (familiar, cultural, de trabajo y social) que permite alcanzar la salud en forma más rápida y natural, económica e integral.

Ya se comienza a vislumbrar el nuevo tipo de médico que queremos, psicosomatista y sociólogo, técnico y educador. Un médico que aplicará sus conocimientos como un deber social y no como un sólo ejercicio de actividad profesional.

La medicina psicosomática sólo pretende el vasto campo de la salud y recalcar las conexiones que hasta ahora se han pasado por alto, apelar a la conciencia de la profesión médica para que considere las perturbaciones existenciales del

***El 80% de los padecimientos clasificados como de etiología inespecífica u oscura (OMS), son susceptibles de ser tratados con éxito por las estrategias múltiples de la medicina psicosomática***

hombre con la seriedad que merecen y procurar que los estudiosos de la ciencia de la salud tengan un conocimiento exacto de la interrelación teórico-práctico-integral, para poder satisfacer las enormes necesidades de la población. Os estamos esperando, amigos doctores, para que nos dirijáis en la educación permanente para la salud.

Julio César Zomeño