



INTERPSIQUIS

Congreso Virtual Internacional de Psiquiatría,
Psicología y Salud Mental

SANOLOGIA Y SALUD MENTAL

Nicolas Arturo Nuñez Gómez, Zoraida Maria Amable Ambros, Lina Maria Sánchez Piedrahita

ninugo@usco.edu.co

Sanología, salud, mental, psiquiatría, psicología.

RESUMEN

La sanología es el estudio de lo sano como un valor humano que se construye a través de la vida de la persona, para este caso la sanología se aplicará para la comprensión de la salud mental. La salud mental se ha definido desde una visión interdisciplinar, donde se acepta el componente biológico, psicológico y social; pero el modelo de afrontamiento de la enfermedad mental se realiza desde el enfoque farmacológico y conductual. La búsqueda de nuevas alternativas para fortalecer la salud mental se realiza desde la sanología. Para ello el presente documento propone una síntesis del concepto de sanología, salud, salud mental. Después el desarrollo de un enfoque de la salud mental desde la sanología y por último se presentarán acciones desde la sanología para fortalecer la salud mental.

INTRODUCCIÓN

La sanología como saber emergente, surgido a fines de la década de los 80 del pasado siglo XX en el entonces Centro de Estudios de Salud y Bienestar Humanos de la Universidad de La Habana, es aún un enfoque controvertido y polémico en el campo de la salud pública en donde el poder del pensar positivista aun es hegemónico y se prioriza el accionar de la curación y de la médico tecnologización que alcanza no sólo a los profesionales sino a la sociedad ,lo que hace más costoso la prestación de los servicios y de los sistemas de salud pública

SANOLOGIA Y SALUD MENTAL

En post de la humanización de la atención se ha ido trillando algún camino hacia formas de pensamiento diferente, en la que el aspecto olvidado de la relación salud –enfermedad: la salud, se enfatice y se incorpore a ello desde la dimensión universitaria de investigación y proyección social. Se han desarrollado varias experiencias con resultados positivos en este sentido y en post de nuevos procedes que se acerquen más a lo humano en la persona con trastornos de la denominada salud mental se incursiona en la relación sanología y salud mental aproximándose a nuevas formas de interpretación y accionar de la salud mental en espacios ya definidos de atención psiquiátrica.

Se intenta aproximarnos en este ponencia a la relación entre sanología y salud mental en post de encontrar más preguntas que respuestas.

SÍNTESIS DEL CONCEPTO DE SANOLOGÍA

La Sanología es el tratado de lo sano. La palabra *Sano*, viene del latín *sanus*, quiere decir fuerte, entero, bueno. La Real Academia de la Lengua, define lo sano como “Adjetivo, que goza de perfecta salud, que es bueno para la salud, Libre de error o vicio, recto, saludable moral o psicológicamente, o adjetivo, seguro, sin riesgo. El desarrollo biológico humano está cimentado en la salud, pero el mismo cambio producido por los años de vida, implica desgaste natural del cuerpo, que conlleva al parecimiento de la enfermedad propias de la vejez, basta sólo pensar en la pérdida de la agudeza visual o auditiva. De esta manera la Sanologia pretende el cuidado, fomento y promoción de la salud, sin olvidar la prevención, curación y disminución del impacto de enfermedades, el dolor y el sufrimiento; implicando el manejo de los factores antropológicos, sociales, culturales y humanos(Escalante Hernández, 2016).

La sanología es entendida como el desarrollo de una “cultura y un modelo social de integración humanista para la búsqueda de conocimientos sobre la salud, que se orienta a la protección, el fomento y la generación de vitalidad positiva de individuos y colectividades” (Pardo-torres & Núñez Gómez, 2007), reafirma Amable, es una “cultura de la salud ,que se construya en el propio decursar que fija la vida misma, desde la cotidianidad y que cree en las personas, familias y comunidades, creencias y comportamientos sanos que les permita alcanzar un nivel adecuado de bienestar” (Amable Ambrós et al., 2007) y en este caso particular en lo relacionado con la salud mental.

SANOLOGIA Y SALUD MENTAL

La sanología considera el concepto de salud, pero en salud mental incluye el antiguo dilema propuesto por Descartes, la existencia de la *res extensa* y la *res cogitans*, creando un dualismo en la comprensión del cuerpo. Sin embargo, el desarrollo de la salud mental del siglo XXI está basada en el modelo de la biología molecular que busca explicar el mundo de las emociones desde el plano de la bioquímica, la neurotransmisión y la función eléctrica del soma, proponiendo una visión monista y materialista de la salud mental. Dilema no superado y en debate subsumido por el mundo del mercado farmacéutico. Pero en este caso, se parte del concepto de sanología.

La propuesta de la Sanología para la salud mental se inscribe en la comprensión de la vitalidad, entendida por la Real Academia de la Lengua como: "Cualidad de tener vida" o "Actividad o eficacia de las facultades vitales". The Oxford English dictionary "The state of being strong and active; energy" "The power giving continuance of life, present in all living things" "Indispensable to the continuance of life" "Full of energy". Diccionario de la Academia Francesa: "et que cette passion même est un signe de vitalité" "enthousiasme, ferveur, exaltation, emportement".

La vitalidad en el contexto de la comprensión de la salud, en una primera mirada, debe ser entendida como la cualidad de tener vida, pero además de estar fuerte y activo, el poder de continuar con la vida, expresado en energía, entusiasmo, fervor, exaltación, pasión. Por ello, la salud es un término que refiere al ser humano, en sus múltiples componentes, primero, la condición de la naturaleza, la vida; segundo, pero no basta con estar vivo, se necesita una condición del propio ser, la fuerza y la actividad, la energía de la persona para comprometerse con el mundo, la capacidad de logro originada desde dentro de sí mismo, para impactar al medio, con el sentido emocional positivo. Definición que integra el mundo biológico, psicológico y social.

Amable considera que la salud para sanología es el "El desarrollo armónico, autónomo, libre y responsable de todas las capacidades y potencialidades del ser humano en todas las dimensiones que conforman la naturaleza humana: físico - biológica, psicológica, espiritual, ambiental, social y cultural. Se construye en el itinerario que fija la vida y se expresa en las creencias y comportamientos de la mujer y el hombre, en post del alcance de su felicidad. No excluye la enfermedad, pero su enfoque es hacia la salud. Pretende ser una nueva cultura en salud".(Zoraida, 2012)

SANOLOGIA Y SALUD MENTAL

La sanología parte de un concepto holístico, que interpreta la salud como una categoría compleja y como un valor para la vida, en el que salud y enfermedad, son dos eventos que coexisten en la dinámica de la vida que puede pensarse en referencia al itinerario que la misma vida fija, a los valores que el hombre construye y a las prácticas culturales que le dan sentido.

Pardo, considera que la sanología define a la salud como el estado natural del ser humano y se centra en la comprensión y el estudio de la salud, desde las personas en una realidad, y en este caso teniendo en cuenta a la persona, como sujeto activo que aporta al desarrollo de la salud de sí misma y la de otras personas. La sanología es una estrategia de promoción de salud que fomenta el pensamiento y el comportamiento en salud de la persona. (Pardo-torres, 2007)

Arias, D. considera a la sanología como un enfoque humanista y metodológico propio que rescata el accionar en y desde la salud y propone relaciones intersubjetivas entre los grupos, no sólo desde un espacio de lo individual. la salud como proceso complejo, dialéctico resultante de la integración de la persona, la familia y los colectivos con su ambiente. (Arias Torres, 2008)

Reyes, P. conceptualiza que la Sanología se interpreta como un marco conceptual de síntesis social, psicológica, biológica, medio ambiental y médico-sanitaria para la protección y fomento de la salud de las personas presuntamente sanas, fundamento de una nueva cultura humanista y de racionalidades sociales sanas. (Reyes Gaspar, 2011)

La Sanología pretende una visión positiva del proceso salud-enfermedad, diferente al enfoque tradicional, el cual percibe este proceso desde el punto de vista negativo de enfermedad. El enfoque Sanológico es más integral, multidimensional e integrador, actúa sobre las esferas cognoscitiva, afectiva y conductual de la persona y en su accionar toma en cuenta las dimensiones biológica, psicológica, social, espiritual, cultural, histórica y ambiental de la naturaleza humana.

En síntesis, la sanología es una forma de pensamiento orientada desde el humanismo, que busca un hombre sano. Entendido lo sano desde el concepto de vitalidad, lo vivo, pero en especial la capacidad de generar nuevas relaciones con el entorno y la espiritualidad. Además, la sanología puede ser un componente esencial de todo sistema de salud, en especial en el contexto de accionar de la promoción de la salud, cuyo propósito central es el de crecer en

SANOLOGIA Y SALUD MENTAL

salud a la comunidad, integrando lo personal, lo grupal y lo colectivo desde la perspectiva sistémica-compleja. Es un reconocimiento que la salud es un evento social, más que individual; por eso los programas de promoción de salud orientados a la persona deben ser integrados a procesos sociales.

Los principios metodológicos básicos de la estrategia sanológica incluyen: El fomento de la salud y formas de vida sanas se realiza desde la perspectiva sistémica y compleja de las dimensiones de la naturaleza humana. La construcción y/o producción de cambios que se dan en espacios de reflexión y diálogo, en los que la participación de la persona, con su dignidad, creencias y comportamientos en salud son esenciales. Los promotores sanológicos son facilitadores del proceso de cambio y se incluyen en el mismo, con el fin de ser ejemplo de lo que transmiten. Las acciones que se realizan en la estrategia sanológica son personales, grupales y comunitarias, fundamentalmente educativas y puede incluir las acciones de la medicina. Sino encaminadas a promulgar una dialéctica clínica de lo sano, es decir incentivar a que la comunidad realice cuestionamientos en torno a sus hábitos en salud y como los puede mejorar en pro de su bienestar.

En los espacios sanológicos se presta atención a los principios de la Bioética, fundamentalmente a los que contribuyen a visualizar la salud como valor relevante en la vida, entre ellos, la responsabilidad individual, la autonomía, la beneficencia, la justicia, la solidaridad, la cooperación, el consentimiento, privacidad y confidencialidad, la promoción de salud, entre otros. (Freire, Runge, Garcés, & Muñoz, 2015).

La sanología incluye un trabajo inter disciplinario realizado por el médico, psicólogo, trabajador social, enfermero, terapeuta ocupacional y psiquiatra optimiza los recursos asistenciales y permite tener un acercamiento desde varias miradas a la problemática real de la persona y contribuir a su reconstrucción como ser humano autor de su bienestar.

La sanología interpreta la salud y la enfermedad, en forma no dicotómica sino como categorías que coexisten en el itinerario que fija la vida, es decir se presentan en ella de, manera no excluyente. La sanología permite incursionar en nuevos espacios de la salud y en particular en la salud mental.

SANOLOGIA Y SALUD MENTAL

SALUD MENTAL DESDE LA SANOLOGÍA

La dimensión positiva de la salud mental ha sido subrayada en la definición de salud de la OMS «La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades». (Alcántara Moreno, 2008) Pero las tendencias del concepto de salud mental incluyen salud depende de la interacción de múltiples factores sociales, políticos, económicos, culturales y científicos bienestar subjetivo, autonomía, competencia y autonomía. Un estado de bienestar por medio del cual las personas reconocen sus habilidades, son capaces de hacer frente al estrés de la vida, trabajar de forma productiva y fructífera, y contribuir a la construcción de comunidades sanas.

Salud mental se refiere a la posibilidad de acrecentar la competencia de las personas y comunidades y permitirles alcanzar los propios objetivos, por ello la salud mental es de interés para todos, y no sólo para aquellos afectados por un trastorno mental.

La salud mental afecta positivamente a la sociedad en su totalidad y por lo tanto constituyen un desafío importante para el desarrollo global. La salud se distribuye homogéneamente en toda la población, a pesar de su heterogeneidad y permite el progreso de la sociedad.

En el inconsciente colectivo, no se separa la salud mental de los trastornos mentales, los segundos son una parte observable de la primera y debe ser tratada con el mismo énfasis que la salud física.(Organizacion Mundial de la Salud, 2004)

La salud y la salud mental están cruzadas por variables como vivienda, desempleo, escolaridad, víctimas de la violencia, migraciones, refugiados, las poblaciones indígenas, las mujeres y los hombres.

En todas las personas, la salud mental, la física y la social están imbricadas. Con el creciente conocimiento sobre esta interdependencia, surge de manera más evidente que la salud mental es un pilar central en el bienestar general de las personas, sociedades y las naciones.

La salud mental es una prioridad mundial y se indica la necesidad de desarrollar políticas y estrategias de promoción de la salud, que incluya los estilos de vida saludables, la prevención para controlar y minimizar el riesgo y los determinantes psicológicos y sociales que fortalecen la salud mental de las personas y los grupos sociales.

SANOLOGIA Y SALUD MENTAL

La sanología en el contexto de la salud mental se comprende como el tratado de lo sano, lo vital de la persona, en las esferas de lo cognitivo, emocional y lo conductual, dentro de múltiples tejidos, tales como: la sociedad, el mundo económico, lo políticos, las relaciones de poder y la cultura. Lo que significa, diversas y complejas vías de interacción entre ellas.

La salud mental desde la sanología no excluye los trastornos mentales, tales como la esquizofrenia o el trastorno afectivo bipolar u otros. Pero la salud mental desde la sanología incluye los límites sociales de la salud mental, eventos como el desarrollo fluctuante económico, sociales y culturales que afecta la vida la población, la familia y la persona.

La vitalidad es un orientador de salud mental, la capacidad de construir nuevas realidades, razón por la cual, la relación entre persona, familia y grupo social son necesario para crear y evolucionar en la salud mental. No se puede pensar en una persona sana mentalmente sin su contexto, que no siempre es direccionalmente plana en lo positivo, sino que está lleno de rupturas sociales y de calidad de vida, pero que coadyuvan a soporta lo sano.

La persona y los grupos sociales siempre viven en interrelación con los contextos sociales, empleo -desempleo, pobreza- riqueza, educación- ignorancia. Acompañado con tendencias como el consumo, los tóxicos, la diversidad, los sueños. En este mundo dual subjetivo se crea la salud mental, la persona se convierte en un ser vital, que le permite crear sueños y vivencia que lo fortalecen para mantenerse en el continuo de la vida cotidiana.

La sanología es una concepción humanista que prevalece a la persona en su contexto, lo cual privilegia las conductas y ambientes sanos en contextos culturales. La sanología busca crear un conjunto de estrategias para fortalecer a la persona sana, en riesgo o con trastornos mentales. Independiente del trastorno mental existe salud mental, la persona siempre busca felicidad y vitalidad. Siendo esta última el mayor indicador de salud mental, la capacidad de transformar el mundo, con base en la praxis, la acción y los sueños, no sólo de habla de lo objetivo, incluye el mundo simbólico. La sanología es una estrategia de promoción de la salud para lograr salud mental.

SANOLOGIA Y SALUD MENTAL

ACCIONES DESDE LA SANOLÓGÍA PARA FORTALECER LA SALUD METAL.

La sanología cuenta con un enfoque metodológico que permite fortalecer la salud mental, Amable,(Zoraida, 2016) propuso la construcción de la "ruta sanológica"; como momento de la estrategia sanológica que conlleve a provocar cambios para desarrollar formas de vivir sanas. La sanología es una visión holística de la interpretación de comportamientos de vida sanos en un contexto socioeconómico y cultural, dando importancia a la persona, la familia y la sociedad en la propia construcción de formas de vida sana. Es una metodología de promoción de la salud y que permita llegar a la presunción de lo sano y consecuentemente a su fomento y desarrollo.

El enfoque sanológico, tiene cuatro momentos:

Primero, el autorreflexión, partiendo del concepto de salud, su percepción, comportamientos en salud, incluidos, los hábitos higiénico sanitarios y el proyecto de vida.

Segundo, Examen mental y físico basado en la clínica semiológica. Permite ir estableciendo de forma paulatina algunas de las características de los niveles de salud, que vayan más allá de la interpretación dicotómica de lo normal y lo patológico. SE rescata del método clínico clásico.

Tercero, la Presunción de la Salud mental, reflexión sobre el nivel de salud alcanzado que rompe con la oposición dicotómica de sano o enfermo, considerando a la salud como el estado natural del ser humano con diferentes expresiones con o sin presencia de algún trastorno.

Cuarto, construcción de la ruta de salud, proceso de construcción o cambio teniendo en cuenta el control que la persona ejerzan sobre si mismo y su ambiente. Se busca cambio establecido por la persona y negociado por el sanólogo, que involucra a la persona, la familia y la comunidad.

La ruta de salud se priorizan las áreas de sanoacción, se explican, trazar los objetivos que la persona busca alcanzar en el proceso de negociación con el sanológico y establecen compromisos y acciones para modificar el comportamiento de vida, que en este caso puede incluir el manejo de medicamentos y terapia psicológica.

SANOLOGIA Y SALUD MENTAL

Evaluar el cambio hacía nuevas conductas que garanticen la estabilización del cambio hacía una salud mental.

La salud mental es una parte subjetiva de la salud humana, el hombre vive en un mundo de subjetividad, lo bello, lo sublime, lo vital. La sanología busca explorar estas dimensiones, no sólo las características objetivas de la vida, sino que incluye lo simbólico. Ser sanos mental es tener una vida simbólica vivida y vital. Este enfoque gana sentido en la comprensión que es una tarea multidisciplinar, donde se incluye el médico psiquiatra, pero al tiempo también al trabajador social, la enfermera, el psicólogo, el recreador, el artista, el ingeniero o el economista entre otros.

La sanología y la salud mental se inscriben en el espacio de la atención primaria de salud, particularmente en los programas de promoción de la salud, y debe estar planificada y medida su impacto a mediano plazo en las políticas de salud. Desde esta perspectiva también es un campo de investigación científica y parte de los programas de educación en ciencias de la salud.

La sanología brinda un nuevo espacio de reflexión para construir la categoría de salud mental, pero en especial de promover el accionar en Atención Primaria en salud, que permita crear programas de promoción de la salud mental.

SANOLOGIA Y SALUD MENTAL

BIBLIOGRAFIA

1. Alcántara Moreno, G. (2008). La definición de salud de la Organización Mundial de la Salud y la interdisciplinariedad. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 9(1), 93–107.
2. Amable Ambrós, Z., Peña Gácita, M., Garrido Amable, G., Matamoros, . giselle.garrido@infomed.sld.cu ** Dra. Rosa Cabrera MatamorosZoraida Amable Ambrós. amacor@infomed.sld.cu **Dra. Marlene Peña Gácita., Garrido Amable, G., & Cabrera, R. (2007). SALUD Y SANOLOGIA EN MEDICAS DE LA FAMILIA. *Revista Habanera De Ciencias Medicas*, 6(5), 1–15. <https://doi.org/1729-519X>
3. Arias Torres, D. (2008). *ESTRATEGIA DE INTERVENCIÓN EN PROMOCIÓN DE SALUD EN NEIVA, HUILA-COLOMBIA*. UNIVERSIDAD DE LA HABANA.
4. Organizacion Mundial de la Salud. (2004). Invertir en: Salud mental. *Book*, 52. <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2015.052.Supl1>
5. Pardo-torres, M. P. (2007). *ESTRATEGIA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD CON ENFOQUE SANOLOGICO PARA LA MUJER ADULTA JOVEN*. UNIVERSIDAD DE LA HABANA. ESTRATEGIA.
6. Pardo-torres, M. P., & Núñez Gómez, N. A. (2007). La comprensión de la salud: punto de partida del enfoque sanológico en la promoción de la salud de la mujer adulta joven. *Av.Enferm*, XXV(2), 36–49. Retrieved from file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/12808-33768-1-PB.pdf
7. Reyes Gaspar, P. L. (2011). *ESTRATEGIA PARA LA PROMOCIÓN DEL AUTOCUIDADO DE LA SALUD EN ESTUDIANTES DE MEDICINA: UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA 2010 - 2011*. Universidad de la Habana.
8. Zoraida, A. A. (2012). Aspectos sociales de la vinculación en salud entre academia y sociedad. In E. U. N. A. De & delegación C. México. Ciudad Universitaria (Eds.), *Aspectos sociales de la vinculación en salud entre academia y sociedad* (Edición. U, pp. 283–295). México.
9. Zoraida, A. A. (2016). "Sanología" Pensamiento y Acción. In *I JORNADA INTERNACIONAL SOBRE COMPLEJIDAD, BIOÉTICA Y SANOLOGÍA* (p. 19). Neiva, Huila. Colombia.