

CONSUMO Y SALUD

MIGUEL C. SÁNCHEZ-BARBUDO RUIZ-TAPIADOR
*Facultad de Educación
Universidad de Salamanca*

RESUMEN

El tema «CONSUMO Y SALUD» está enfocado desde el punto de vista de la función importantísima del Profesor. Tiene como finalidad poner de manifiesto el marco dentro del cual el consumo es útil y beneficioso para la salud, tanto individual como colectiva.

Al mismo tiempo, intenta orientar la acción educativa del Profesor para que, conjuntamente con su ejemplo, encauce el desarrollo de la personalidad del alumno y pueda éste integrarse en esta sociedad de consumo como ciudadano responsable, capaz de elegir libremente entre conductas positivas para la salud y rechace las conductas negativas.

SUMMARY

The topic «CONSUMER SOCIETY AND HEALTH» is approached from the teacher's point of view, whose function in introducing this subject to the students is most important. The purpose is to show the framework within which consuming is useful and advantageous for both an individual and collective health.

At the same time, the article intends to give directions to the teacher's educative task. The aim is for the teacher, helped by his exemplary behaviour, to guide students' personality development and on that account to help them to join consumer society in a responsible way and to enable them to both choose freely among positive consumer attitudes to their health and reject the negative ones.

INTRODUCCIÓN

Lo que aquí comprendo con el título «CONSUMO Y SALUD» intenta ser una reflexión desde el punto de vista de la función importantísima del Profesor.

La LOGSE incluye como objetivos generales, entre otros:

— En la Educación Infantil: «Descubrir, conocer y controlar progresivamente el propio cuerpo, formándose una imagen positiva de sí mismos, valorando su identidad sexual, sus capacidades y limitaciones de acción y expresión y adquiriendo hábitos básicos de salud y bienestar».

— En la Educación Primaria: «Conocer y apreciar el propio cuerpo y contribuir a su desarrollo aceptando hábitos de salud y bienestar y valorando las repercusiones de determinadas conductas sobre la salud y la calidad de vida».

— En la Educación Secundaria Obligatoria: Conocer y comprender los aspectos básicos del funcionamiento del propio cuerpo y de las consecuencias para la salud individual y colectiva de los actos y de las decisiones personales y valorar los beneficios que suponen los hábitos del ejercicio físico, de la higiene y de la alimentación equilibrada, así como llevar una vida sana.

En base a estos objetivos voy a establecer las relaciones entre el consumo y la salud con el fin de poner de manifiesto el marco dentro del cual el consumo es útil y beneficioso para la salud tanto individual como colectiva.

Para ello divido el tema en dos apartados:

1. La sociedad de consumo.
2. La educación para la salud y el consumo.

1. LA SOCIEDAD DE CONSUMO

Es una denominación feliz por la rapidez y generalidad con que fue aceptada. Se emplea con la confianza de que todo el mundo la entiende y capta bien su significado; sin embargo, no es así, por lo que aconseja su delimitación y definición. Me limitaré a resaltar algunas de sus características que me sirvan para relacionar el consumo con la salud.

Se puede definir la SOCIEDAD DE CONSUMO como un «mecanismo social para integrar a las masas en el sistema económico mediante la más completa disciplina de trabajo bajo la atracción del consumo».

Y por CONSUMO se entiende la utilización de mercancías y servicios para la satisfacción directa de las necesidades humanas.

Los expertos de las Naciones Unidas concretan esas necesidades en:

- La salud.
- La alimentación y nutrición.
- La vivienda.
- El vestuario.
- El trabajo.
- Las libertades humanas.
- La recreación y el ocio.
- La seguridad social.
- El transporte.
- La educación.

El grado de satisfacción de estas necesidades fundamentales del individuo constituye el nivel de vida, que se puede medir mediante unos indicadores con los que podemos clasificar a los países en tres grupos: Subdesarrollados, en vías de desarrollo y desarrollados.

La importancia del consumo en el pensamiento económico social es de origen reciente. A partir de la II Guerra Mundial, en los países occidentales se impone un nuevo sistema económico capitalista diferente al feudal y el burgués, conocido como la SOCIEDAD DE CONSUMO. Los dirigentes de la sociedad de consumo toman como objetivo principal y necesario la creación de un clima dominado por la innovación y lo nuevo. Las gentes sencillas aceptaron «la buena nueva» y extendieron el culto de lo nuevo a todas las facetas de la vida económica y social y lo hicieron apoyados no solo en el culto reverencial a lo nuevo sino en las condiciones económicas desarrolladas por la dinámica de la sociedad de consumo, que conduciría a la sociedad de la abundancia.

El modelo ideal del sistema económico capitalista consiste en estimular el consumo creciente de mercancías y servicios por parte de las masas; pero para poder consumir, las masas tienen que trabajar más (más horas o más intensamente). El problema clave es cómo conseguir provocar entre las masas un deseo insaciable de consumir; despertar un ansia de destacarse; ser admirado y envidiado; conseguir que cada uno ponga su empeño en destacar sobre los demás. Cuando se ha conseguido poner en marcha este mecanismo social, el individuo sólo es feliz adquiriendo cosas que otro no tenga o adquiriéndolas antes que los otros o adquiriendo más cosas de las que ya tiene; yendo a la moda, antes que la moda aparezca.

Una vez conseguida la escalada competitiva, hay que poner en marcha la máquina productora de artículos que satisfagan esa escalada de consumo. Artículos en cantidad y calidad para que nunca se satisfaga la obsesión de adquirir, haciendo obsoletos los nuevos productos a los anteriores; que haya varias líneas de moda para que el individuo se adhiera a una o varias y que los beneficios alcancen las más altas cotas, porque el nuevo producto no tiene rival durante un tiempo en el que el fabricante fija el precio en función del número de compradores, que ha de interesar.

La espiral de consumo cumple una doble función: la disciplina de trabajo del individuo y entrega a su empresa y dar salida a los productos industriales de las empresas que se benefician y provocan la sociedad de consumo. Esta segunda función trae como consecuencia: la espiral de consumo, las modas, el culto a lo nuevo, el resquebrajamiento del principio de autoridad, la rebelión de los jóvenes, la sociedad opulenta y el condicionamiento publicitario.

La moda, aunque sea anterior a la sociedad de consumo, parece ideada para ésta. La moda alimenta el ansia de destacarse de la masa para ser admirado y envidiado por lo que se tiene y no por lo que se es. El individuo desarrolla su personalidad añadiéndose cosas, cuanto más valiosas, mejor. El éxito es poseer cosas en exclusiva. Conviene que las modas se sucedan rápidamente para comercializar lo nuevo y arrinconar lo anterior.

Las modas estimulan el culto a lo nuevo (innovacionismo) y sólo por esto se impone el hacer sacrificios económicos necesarios para «ponerse a la moda», aunque la vieja fuera mejor. En principio, la moda se limitaba al vestir (vestido, adorno, aseo), luego se extendió a la vivienda, mobiliario, comidas, coche, casa de campo, veraneo, diversiones, música, teatro, cine, novela y ciencia. Más que la moda se impuso el cambio, lo nuevo, el culto a lo nuevo. En los países industria-

lizados ninguna faceta de la vida escapó a la exaltación del cambio y de la innovación, que alcanzan el máximo de valor y el núcleo de la nueva ideología.

La dinámica sociedad de consumo pretende llevarnos hacia la sociedad de la abundancia, pero con la condición de no entrar en ella, porque si crea de verdad la abundancia (producción ilimitada) serán muchos los que no querrán trabajar o trabajarán lo indispensable para satisfacer las necesidades básicas (comida, vestido, y, en algunos casos, la vivienda), que son los más asequibles en detrimento de los productos industriales, que son los que dejan más beneficios. Es necesario que los trabajadores reciban menos de lo que producen a fin de que se expanda el capital. Es teóricamente imposible la abundancia en las condiciones de producción con crecientes beneficios. Por el contrario hay que crear la escasez.

El factor clave de todo el complejo mecanismo de la sociedad de consumo es la publicidad comercial. Sin ella no existiría la sociedad de consumo. Ella ha creado el afán de destacarse por encima de los demás, se impone la moda, el culto a lo nuevo, la nueva forma de felicidad hace asumir a las masas los intereses de los monopolios. Es la forma de dominar las conciencias.

Desde finales del siglo XIX en los países desarrollados se originan movimientos populares en defensa del consumidor, cuyos objetivos son:

- Informar sobre las mercancías y servicios ofrecidos a la venta.
- Fomentar la honradez en la publicidad.
- Exigir etiquetas que indiquen la calidad del artículo.
- Promover la legislación que vele por la pureza e inocuidad de los alimentos y drogas.
- Reducir los costos de distribución.
- Estar representados ante los gobiernos.
- Educar eficazmente al consumidor.

Es en USA donde tuvo mayor pujanza este movimiento y, sobre todo, durante la Gran Depresión (1930-40). Las principales realizaciones de este movimiento son:

- Incremento de cooperativas de consumo.
- Creación y reconocimiento de organizaciones de consumidores encargadas de comprobar y clasificar artículos.
- Legislación más adecuada sobre la pureza de los alimentos y drogas.
- Insistencia creciente en la educación de los consumidores.

Los Estados de los países desarrollados defienden al consumidor con información, creación de organismos homologadores de calidad, comisiones mixtas del Estado y Asociaciones Privadas de seguimiento de precios o de consumidores.

En España desde 1975 se crea el Instituto Nacional de Consumo como organismo dedicado a la defensa y protección de los consumidores. Tiene carácter técnico y asesor del Consejo de Consumidores. Respecto a los precios, los organismos que deciden son la Comisión Delegada del Gobierno para Asuntos Económicos, la Junta Superior de Precios y las Juntas Locales. Los organismos privados, no oficiales, son la Federación de Amas de Casa y la Organización de Consumidores y

Usuarios (OCU), que intervienen a nivel de denuncias públicas sobre las condiciones de seguridad y política de precios.

En el campo de la información, en España se publica la revista CIUDADANO, dedicada, exclusivamente, al análisis de productos y orientación del consumidor. Después, apareció la revista OCU, de esa organización, que pretende ser un instrumento de consulta y orientación familiar del consumidor. En USA, la revista CONSUMERS RAPPORTS vendía, en 1980, mensualmente, alrededor de 2.300.000 ejemplares.

LA EDUCACIÓN PARA LA SALUD Y EL CONSUMO

La salud, tanto individual como colectiva, de los ciudadanos está condicionada por el marco social en el que se desarrolle la vida, que en nuestro país es LA SOCIEDAD DE CONSUMO, cuyas características hemos descrito en el apartado anterior.

La salud es hoy un derecho de todo individuo, pero también un deber de cuidar, fomentar y promover tanto por los individuos como por los gobiernos.

Un instrumento imprescindible en la promoción de la salud de las poblaciones tanto a nivel nacional como internacional es la Educación para la Salud; encauzada a conseguir actitudes positivas y comportamientos saludables, cristalizados en hábitos permanentes.

Al trasladar la EpS a la Escuela se pretende que todos los ciudadanos adquieran información, actitudes y hábitos suficientes para solucionar los problemas de salud de su vida cotidiana.

Hoy se acepta, con carácter general, la idea de que la salud prevalece como objetivo frente a la prevención de las enfermedades; la promoción de la salud frente a la curación. La responsabilidad individual se amplía a la colectiva y la solidaridad es imprescindible para una mejor calidad de vida.

Este nuevo enfoque de la salud surgió en 1977 cuando la Asamblea Mundial de la Salud y la OMS decidieron que el objetivo de los gobiernos sería «SALUD PARA TODOS EN EL AÑO 2000». En 1978 se celebró en Alma-Ata (URSS) una Conferencia Internacional sobre Atención Primaria de Salud, declarándose que la atención primaria de salud es la clave para alcanzar la salud para todos y que las acciones que mejoren la situación sanitaria y socioeconómica están interrelacionadas y no contrapuestas.

La necesidad de la EpS se pone de manifiesto si se tiene en cuenta que el 85% de la población española, en 1974, no utilizaba la asistencia sanitaria frente al 15%, que la suele utilizar. Y la necesidad de la EpS en la Escuela se evidencia al estar obligado, cada español, a relacionarse con la Escuela desde los 6 a los 16 años, con 25 horas semanales y, en la mayoría de los casos, empieza a los 3 años: y es en este período vital de su existencia cuando el ciudadano afianza sus hábitos de conducta individual y colectiva.

La EpS empieza por inculcar un nuevo concepto de salud a los ciudadanos en contraposición con el más extendido, que considera la salud «como ausencia de

enfermedad». Ahora se considera la salud y la enfermedad como un proceso ecológico, puesto que el hombre forma parte de un ecosistema natural interrelacionado con todos los que constituyen la Biosfera. El Hombre no es sólo un ser biológico, sino, también, un ser cultural y social; por lo que, en su evolución, necesita adaptarse en estas 3 vertientes. A partir de esta nueva consideración, se define la salud como «el grado de adaptación física, psíquica y social del individuo a su medio ambiente, en el que los ciudadanos son responsables de su propio nivel de salud». Se trata, pues, de adaptación y de responsabilidad.

El Profesor, como Educador para la Salud, debe tener como objetivo principal la adaptación del alumno al Centro Educativo y ser él ejemplo de la doctrina de la EpS, que predica.

La EpS utiliza una metodología activa para desarrollar su programa, de forma transversal, según la edad de los alumnos. Una metodología activa basada en la participación de los alumnos, aprovechando la experiencia vital de sus propios alumnos, que traen unos hábitos de salud para los cuales se les ha de encontrar, conjuntamente, razones que refuerzen los hábitos positivos y se rechacen los negativos.

Los temas que iremos analizando desde la perspectiva de un consumo útil y beneficioso para la salud, tanto individual como colectiva, son:

1. Alimentación y nutrición del escolar.
2. Higiene personal.
3. Prevención de enfermedades y accidentes infantiles.
4. Educación sexual.
5. Problemas sanitarios y sociales del adolescente.
6. Medio ambiente y salud.
7. Comunicación familiar.
8. Medios de comunicación y consumismo.
9. Crisis económica y paro.

1. ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN ESCOLAR

La alimentación es uno de los factores importantes de una buena salud. En los países desarrollados aparecen problemas por exceso o desequilibrios alimentarios. Es necesaria una educación de los hábitos alimentarios. En la Escuela el niño adquiere los conocimientos necesarios para acceder a una mejor calidad de vida, uno de cuyos factores es la adecuada alimentación.

Los Profesores les enseñarán las funciones de los alimentos en el organismo (energéticos, plásticos y reguladores), necesidades según la edad y actividad; aprovechamiento de los recursos naturales de la zona en función de las disponibilidades económicas de su familia; datos de los alimentos como consumidor de los mismos (etiquetado, conservación...), higiene alimentaria (infecciones alimentarias).

Las características negativas de las dietas españolas a rectificar son: Excesivo aporte energético, demasiado aporte proteico animal, bajo consumo de verduras y frutas, deficiencia de leche, escaso consumo de alimentos ricos en fibra vegetal,

excesivo gasto de aceites refinados y abuso de alimentos muy condimentados con sal. Estos malos hábitos ocasionan obesidad, enfermedades cardiovasculares, diabetes...

Estos problemas se resolverán con las siguientes normas básicas: Aumentar el consumo de leche, verduras, legumbres, cereales y féculas; disminuir los alimentos ricos en grasas saturadas; controlar el uso de sal, azúcar y condimentos; limitar el consumo de proteínas animales y evitar las dietas «moda» (anorexia psíquica). En el escolar además se potenciarán los alimentos con alto valor energético y plástico, además de fomentar la forma física e intelectual de forma equilibrada.

Los conocimientos de anatomía y fisiología humana nos permiten afirmar: 1. que nuestras células necesitan una determinada cantidad de nutrientes (energéticos, plásticos y reguladores) según la edad y actividad para construir sus propios principios inmediatos y disponer de la energía necesaria para la actividad vital. Que estos nutrientes se encuentran en una variedad de alimentos, cuyos precios no entiende nuestro organismo, por lo que nuestra dieta se rige por criterios culturales, económicos, psicológicos, educativos y sensoriales. 2. Que estos alimentos han de estar libres de microorganismos y drogas; es decir, han de estar higiénicamente sanos. Por lo que como consumidores hemos de exigir que los alimentos estén sin contaminación en cualquiera de estos eslabones: producción, transformación, transporte, almacenamiento, venta, preparación o conservación de los alimentos.

La labor educativa se desarrollará mediante actividades, según la edad, como por ejemplo:

— Dibujar distintos alimentos y agruparlos, según la «RUEDA DE LOS ALIMENTOS».

— Confeccionar dietas equilibradas según la edad y actividad.

— Comparar dietas de varios alumnos con una propuesta y analizar los nutrientes deficitarios.

— Comparar algún desayuno tipo con el de alguno de los alumnos.

— Estudiar diferentes latas llevadas por los alumnos, fijándose si su etiquetado cumple los requisitos reglamentados.

2. HIGIENE PERSONAL

La higiene personal tiene por objeto colocar al individuo en las mejores condiciones de salud frente a los riesgos del ambiente. La higiene tanto individual como de sus pertenencias y, en general, del medio ambiente va a ser fundamental en la prevención de enfermedades. La práctica de la higiene personal es una cuestión de responsabilidad individual, que se adquiere a través de la educación familiar y escolar mediante hábitos saludables.

Cuando el niño acude a la Escuela presenta unos hábitos higiénicos más o menos adquiridos en el domicilio familiar. En las Escuelas estos hábitos habrán de ser reforzados o sustituidos, según su carácter saludable o no. Para ello, en la Escuela se deben dar una serie de condiciones:

- Medio ambiente adecuado (aire, agua, suelo...).
- Suficientes medios materiales para seguir una higiene personal (lavabos, retretes, papel, toallas, jabón...)
- Ambiente favorecedor de trabajo (iluminación, ausencia de ruidos...).
- Organización adecuada de las actividades escolares, duración de la jornada, distribución del tiempo de trabajo y de descanso.

A continuación señalo algunas actividades escolares, que potencian los buenos hábitos higiénicos en los alumnos:

- Observar a los pequeños el lavado de cara y manos o sonarse y enseñarles a hacerlo bien.
- Realizar demostraciones de higiene dental.
- Corregir defectos posturales al sentarse o andar.
- Observar a los niños en sus juegos y estimular aficiones sanas.
- Vigilar las condiciones higiénicas del aula.
- Valorar la ropa desde el punto de vista higiénico y las razones de ir limpios.

3. PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES Y ACCIDENTES INFANTILES

En los países desarrollados las enfermedades transmisibles han descendido como causa de muerte desde el 40% en el siglo pasado al 1%; sin embargo, son causa importante de morbilidad, ya que el 25% de las camas hospitalarias están ocupadas por esta causa.

En España se ha pasado del aspecto curativo al de promoción de la salud para evitar la aparición de las enfermedades. La metodología en el aula se basará en que el propio alumno investigue en su comunidad escolar, del barrio o municipio las principales enfermedades y encuentre fórmulas para el mejor mantenimiento de su salud.

Las actividades adecuadas serían:

- Realizar un estudio sobre las condiciones higiénicas del Colegio, comedor, cocina.
- Elaborar una encuesta para conocer las enfermedades transmisibles, que más frecuentemente han padecido los alumnos del colegio o en la comunidad, visitando a los equipos de salud de los Centros de Atención Primaria de Salud, próximos a la Escuela.

Con respecto a los accidentes infantiles, actualmente, constituyen en los países desarrollados la primera causa de mortalidad infantil. Los avances tecnológicos suponen una serie de riesgos para la salud infantil, tanto fuera como dentro de casa, que conviene conocer con respecto a los peligros de su uso con el fin de prevenirlos (tráfico, productos químicos y aparatos del hogar). Los accidentes se consideran como una fatalidad o conjunción fortuita e imprevisible de circunstancias desfavorables; pero los estudios científicos demuestran que en la mayoría de los casos los accidentes son debidos a factores que podrían haber sido controlados y evitados con medidas sencillas. Según el INE, las causas de muerte entre niños de 5 a 14 años son:

1. Tráfico	35,8%;	6. Intoxicaciones.....	2,4%;
2. Ahogamiento	18,5%;	7. Sofocación mecánica	2,3%;
3. Caídas	10,4%.	8. Electricidad	1,9%;
4. Aspiración de gases	7,3%;	9. Armas de fuego	0,6%;
5. Quemaduras.....	3,2%;	10. Rayo	0,3%;

4. EDUCACIÓN SEXUAL

El desarrollo del individuo como ser sexuado va paralelo a su crecimiento físico y psíquico, formando un todo con la socialización(comunicación con los demás). En la Escuela se ha de proporcionar una educación sexual de forma globalizada en las materias de C. Naturales, Sociales y Ética, con objetivos ampliables desde Educación Infantil y Educación Primaria.

La sexualidad es un componente de la persona, que se desarrolla a lo largo de la vida. Comprende aspectos físicos (el sexo biológico heredado), aspectos psíquicos (sentimiento interior del individuo como femenino o masculino) y aspectos sociales conducta del rol sexual manifestado a través del deseo sexual y de la conducta masculina o femenina del individuo) . La aceptación de estos tres aspectos conforman el ser hombre o mujer.

Nuestra salud y bienestar queda determinada por la visión de nuestro cuerpo y el de los demás, con la aceptación de los conceptos de masculinidad y feminidad. En la adolescencia se plantean interrogantes, que deben ser satisfechos mediante la educación y experiencias personales, encontrando interlocutores en la familia y la escuela, que hayan asumido su propia sexualidad de manera consciente y plena. Los límites de la libertad sexual los encontramos donde comienzan los de los demás.

La información sexual en la Escuela es necesaria para fomentar la responsabilidad íntegra, que evite los embarazos no deseados, el aborto y las enfermedades de transmisión sexual y desarrolle unas relaciones humanas basadas en la libertad y el respeto mutuo.

Según la edad de los alumnos, se irá desarrollando un adecuado y progresivo programa de Educación sexual en la escuela, cuyos temas serían:

- Aparato reproductor masculino y femenino: Anatomía y fisiología.
- Respuesta sexual humana.
- Control de la natalidad.
- Enfermedades venéreas.
- Delitos contra la moral sexual.

A los adolescentes se les debe transmitir con claridad la idea de responsabilidad con las consecuencias de las relaciones sexuales. Si se plantean una relación sexual han de poner un medio anticonceptivo, porque sin él tienen un 99% de probabilidades de quedar «embarazados» y tendrán que sufrir las consecuencias de los problemas no deseados:

- embarazo no deseado
- aborto

- mortalidad materna alta en adolescentes
- menor peso de los hijos
- enfermedades de transmisión sexual (sífilis, sida..)
- otros

El uso de medios anticonceptivos tiene también un riesgo de embarazo (cada 100 mujeres en un año el porcentaje de embarazos):

- Coito interrumpido = 25%; Abstinencia periódica 30%
- barrera (espermicidas 15%; esponja 15%; diafragma 10%; DIU 10%; condón 10%; píldora 2%).

Si ocurre una relación sexual sin medio anticonceptivo puede usar la píldora postcoital (anticonceptivo hormonal postcoital).

La eficacia del medio anticonceptivo se aumenta si hay un estudio médico previo para cada persona.

5. PROBLEMAS SANITARIOS Y SOCIALES DE LOS ADOLESCENTES

Además de los ya indicados (accidentes, enfermedades venéreas...) hay otros de especial repercusión social en esta edad como son las drogas, el alcoholismo, tabaquismo, prostitución, violencia y suicidio.

Las causas son múltiples, entre ellas:

1. Estímulos para consumir (publicidad del alcohol y tabaco).
2. Estructuras sociales (rural, urbana, marginación).
3. Situaciones económico-laborales (paro, pobreza).
4. Situaciones familiares especiales (autoritarismo, liberalismo, separación, divorcio).
5. Cambios de costumbres (estrés, divorcio, marginación, incorporación de la mujer al mundo laboral y social, imitando al hombre en el consumo de alcohol y tabaco).
6. Retroalimentación (estimulación física o psíquica, que induce a volver a probar estas drogas cuando alguien las ha probado alguna vez).

El tratamiento educativo de estos temas se basará en: 1. Fomentar alternativas a las drogas, promoviendo desde la Escuela actividades gratificantes para los alumnos (deporte, teatro, música, cine, etc.). 2. Desarrollar en clase la cultura del rechazo hacia el consumo de estas drogas, exponiendo los problemas sanitarios y sociales ocasionados por ellas, a través de las experiencias de los alcohólicos, fumadores y drogadictos; y al mismo tiempo, desarrollar estrategias para rechazar las presiones sociales de amigos u otros grupos que incitan al consumo del tabaco, alcohol y drogas ilegales. 3. Promocionar la autoestima en jóvenes con carencias afectivas, reforzando con acciones de responsabilidad, asignadas a estos jóvenes dentro del grupo.

6. MEDIO AMBIENTE Y SALUD

Una de las principales lecciones que la Ecología ha dado al hombre es la de hacerle comprender que es una especie más dentro de un ecosistema natural interre-

lacionado con todos los que constituyen la Biosfera; que ejerce una acción poderosa con su cultura de tal forma que llega a romper el equilibrio del ecosistema; que la salud del hombre depende del equilibrio del ecosistema al que pertenece; de ahí su responsabilidad para respetar las leyes de la Naturaleza en beneficio de su propia existencia.

Las principales acciones del hombre sobre la Naturaleza, a través de su existencia, han sido: 1. La invención del fuego hace 50 mil años; 2. El hacerse agricultor y ganadero hace 5 mil años; 3. La revolución industrial hace 200 años con la invención de la máquina de vapor; 4. Desde hace 50 años con la superpoblación, el mal uso de la tecnología y el ansia creciente de acumular bienes materiales (la sociedad de consumo). Desde 1972, la ONU organiza Conferencias Internacionales para conocer la situación actual y promover soluciones, que eviten el deterioro ambiental del hombre, tratando de compaginar dos conceptos que parecen enfrentados: Desarrollo y medio ambiente, tratando de encontrar el grado de armonía entre dos problemas de difícil solución como son la superpoblación y el desarrollo tecnológico.

El enfoque de la educación ambiental en la Escuela tiene como objetivos principales:

1. Profundizar en el estudio del entorno para no deteriorarlo.
2. Considerar la importancia del entorno en la calidad de vida, estableciendo las interrelaciones entre el medio físico, climático y biológico.
3. Conocer las disfuncionalidades en el comportamiento humano con respecto al deterioro del medio ambiente (contaminación del agua, suelo, residuos sólidos, acústica, atmosférica, efecto invernadero, alteración de la capa de ozono).

Se fomentará la acción individual a favor del medio ambiente mediante el ahorro de energía doméstica, agua, basura, papel, cuidado del campo...; colaborando y exigiendo a los Organismo Oficiales acciones que conserven el medio ambiente, empezando por su Ayuntamiento al que se le ha de pedir contenedores para la recogida de vidrio y papel.

7. LA COMUNICACIÓN FAMILIAR

La familia y la Escuela son los dos medios en los que se desarrollan los escolares. De su adaptación a ambos depende la salud de los mismos. En esos medios se ha de practicar la doctrina que se pretende inculcar con la EpS. Uno de los factores claves de la adaptación de los alumnos a su medio es la COMUNICACIÓN FAMILIAR.

Se trata de una interrelación múltiple entre padres e hijos, que puede ser verbal o no verbal y que se manifiesta de forma diferente según la edad de los hijos.

Ha de estar basada en estos 4 principios, indicados con las siglas A.R.S.A.:

A = ACEPTACIÓN de los padres y de los hijos tal y como son, con sus características físicas y psíquicas.

R = RESPETO a la personalidad de cada miembro familiar.

S = SEGURIDAD de encontrar ayuda en sus problemas.

A = AMOR, buscando el bien de los componentes de la familia como para uno mismo.

La responsabilidad de la comunicación familiar, en principio, recae en los padres, pasando a ser compartida a mayor edad de los hijos. La comunicación empieza desde el momento de la concepción del hijo.

La familia debe fomentar la socialización del niño, permitiendo que los hijos se relacionen con otros de su misma edad para aprender a convivir, practicando esos 4 principios con los de su edad.

La familia debe mantener una estrecha relación con la Escuela a la que asisten sus hijos con el fin de que ambas Instituciones unan sus esfuerzos en el desarrollo de la personalidad de los niños. A través de las APAs, los padres y profesores han de canalizar sus esfuerzos para conseguir los objetivos del Colegio y evitar el aislamiento de la realidad circundante al Colegio. Ambos se compenetrarán para beneficiar al alumno según las necesidades de su edad. Si en todas las edades el niño necesita ARSA, es en la adolescencia donde se manifiesta de forma especial, puesto que busca la afirmación de su personalidad y el respeto como adulto.

8. LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN Y EL CONSUMISMO

Los medios de comunicación nos crean un mundo secundario al transmitir los hechos desde su particular punto de vista. Se trata de un mundo artificial. Es fundamental que los padres y profesores comenten ese mundo artificial. Se ha de contrastar la misma noticia en diferentes medios de comunicación.

Una faceta importante de los medios de comunicación es la publicidad, que busca cambiar las actitudes y comportamientos individuales y colectivos para fomentar el consumo. La actitud de los padres y profesores ha de ser de aceptación con crítica, que evite el consumismo (o afán de conseguir objetos y servicios innecesarios o superfluos) y, por contra, se consigan ciudadanos responsables ante el consumo; pero nunca una actitud negativa.

9. CRISIS ECONÓMICA Y PARO

Una de las consecuencias negativas de la sociedad de consumo es la aparición de etapas de crisis económica y de paro.

La Escuela no ha de ser ajena a estas situaciones. El Profesor ha de conocer la situación socioeconómica de los padres de los alumnos para orientar su acción educativa. Ha de fomentar el ahorro de material escolar, pero no el esfuerzo por conseguir el máximo nivel cultural y educativo; ha de analizar los criterios de distribución de los recursos económicos de la familia con el fin de inculcar la idea de coherencia individual y social, que corrija el desequilibrio en el gasto y cubra las necesidades básicas de toda la familia; el Profesor no resolverá la situación de paro, pero ha de abrir puertas al alumno en su labor educativa y socializadora, potenciando física, psíquica e intelectualmente al alumno para que en el futuro pueda conseguir trabajo. La orientación profesional de sus alumnos ha de ser una de sus preocupaciones, buscando la ayuda de los padres y de los profesionales del entorno.

CONCLUSIONES

De cuanto llevamos expuesto podemos deducir las siguientes conclusiones:

1. El consumo constituye un factor positivo en cuanto es uno de los motores de la sociedad capitalista en la que vivimos, ya que crea puestos de trabajo y motiva a los ciudadanos a trabajar y mejora la calidad de vida. Por el contrario, tiene sus aspectos negativos en la crisis económica y el paro y en el consumismo o afán por poseer objetos y servicios innecesarios o superfluos.

2. La salud individual está condicionada, no sólo por las características físicas y psíquicas de cada individuo, sino por la sociedad en la que se desarrolla la vida. Y que es responsabilidad de cada individuo el tratar de conseguir la adaptación a la sociedad en la que le ha tocado vivir. Para ello ha de ir eligiendo aquellos hábitos o conductas que más favorezcan su salud, teniendo en cuenta sus posibilidades y las que la sociedad le va ofreciendo.

3. El Profesor tiene una gran misión al ser el primer eslabón de la socialización del niño, que con su ejemplo y su acción educativa hará que vaya desarrollando su personalidad y pueda integrarse en esta sociedad de consumo como un ciudadano responsable, capaz de elegir libremente entre conductas positivas para su salud y rechazar las conductas negativas.

BIBLIOGRAFÍA

CALVO BRUZOS, S. (1991). *Educación para la salud en la escuela*. Ediciones Díaz de Santos, S.A. Madrid.

DURVAN. *Gran enciclopedia del mundo*. Tomo 23.

NIEDA, J. (1992). *Transversales. Educación para la salud. Educación sexual*. Ministerio de Educación y Ciencia.

SÁINZ MARTÍN, M. (1984). *Educación para la salud*. Proyecto de Investigación Educativa de «Educación para la Salud en el Medio Escolar».

SÁNCHEZ-BARBUDO RUIZ-TAPIADOR, M. (1990) «La Educación para la Salud en el currículum escolar». *Revista Aula*, n. 3.