

La salud, objetivo prioritario. El salto a la sanidad del siglo XXI

Elena Víboras Jiménez

Alcaldesa de Alcalá la Real

Me encarga la dirección de la prestigiosa revista “Pasaje a la Ciencia” un artículo alusivo a la sanidad en nuestro municipio, acaso por mi condición de doctora en medicina, acaso por mi función de alcaldesa de Alcalá la Real. En cualquier caso –como está adivinando el lector-, sería muy difícil separar ambas facetas, pues forman parte de mi propia esencia.

Con las limitaciones que marca el espacio y los síntomas de la posible pesadez, voy a intentar componer unas líneas sencillas que nos aproximen a la salud pública en la actualidad, para arribar en la casuística alcalaína.

Dejando en su lugar la cada día mejor formación del personal sanitario y los avances y logros en la ciencia médica en estos últimos tiempos, si hubiera que hablar de la salud pública moderna, rápidamente daríamos con dos términos imprescindibles para comprenderla: uno, la promoción; otro, la prevención.

Promover algo significa suscitar, iniciar, procurar unos fines de vida sana –en nuestro caso-, que es el mejor camino para alcanzar un buen estado físico y mental. Prevenir es lo mismo que prever, precaver, evitar, andar sobre aviso de los peligros que amenazan la salud. Ambos conceptos cabalgan juntos y no pueden evitarse mutuamente. La participación ciudadana en los programas que fomentan lo saludable van en aumento y cada día hay más conciencia de que una correcta alimentación, un adecuado ejercicio físico y un estilo de vida sin excesos –por ejemplo-, nos conducen al bienestar y la longevidad. Si todo esto lo complementamos con los múltiples remedios para combatir las enfermedades habituales o inusuales llegaremos a donde estamos o pretendemos: una mejor calidad de vida, que no sólo engrandece nuestra existencia, sino la de todos aquellos que nos rodean; que no sólo es motivo de ahorro personal y familiar, sino que también lo es para la economía de la colectividad.

Un sabio de la Medicina, Lalonde, en 1974, citaba las causas generales del origen de las enfermedades en este orden: a) el estilo de vida (que influye en un 43 % en nuestra salud); b) la biología humana o genética (un 27 %); c) el medio ambiente (19 %); d) y el sistema de asistencia médica (11 %). Según este informe podemos ver hasta qué punto los estilos de vida son importantes para el mantenimiento de la salud y el enfoque hacia donde tenemos que dirigir nuestras principales inversiones.

La respuesta de Alcalá la Real, a nivel municipal, va encaminada a cumplir con los dos objetivos expuestos. ¿Qué se ha hecho, que se hace en la promoción y en la prevención? La contestación está ahí, al alcance de todos. Por eso no consideren una petulancia lo que viene a continuación, pues lo conseguido no es obra de uno, dos, o un equipo; ni de una administración local, provincial, regional o nacional. Para cualquier objetivo, en cualquier realización, todas las iniciativas, todas las ayudas son necesarias y bien venidas.

Me van a permitir que casi telegráfice algo de lo conseguido, por razones de espacio y tiempo:

- *Ciudades Saludables*. A finales de los ochenta se inició este programa en Alcalá la Real. Con él entendimos que la salud era un concepto que iba mucho más allá

de la ausencia de enfermedad; con él iniciamos el acento en la promoción y en la prevención. Con este proyecto de varios años, sembramos unas bases sólidas en cuanto a políticas de salud, basadas en el trabajo en equipo y entre sectores y la participación ciudadana como ejes irrenunciables.

- *Red Local de Acción en Salud (RELAS)*. En 2008, Alcalá la Real fue elegida entre diez municipios andaluces (único giennense) para pilotar este innovador proyecto. Su punto de partida era el III Plan Andaluz de Salud, que contempla una estrategia de descentralización, para que los programas de promoción y prevención de la salud pública se acerquen lo máximo posible al ciudadano, a nivel local. Después de dos años de trabajo ha habido claros resultados. Se han celebrado foros ciudadanos, se han realizado debates sobre enfermedades comunes en Andalucía, así como numerosas charlas, jornadas y convocatorias deportivas y de fomento de la alimentación equilibrada. La participación ha sido masiva: unas seis mil personas en las múltiples actividades programadas. Conseguimos concretar cuáles son las enfermedades y patologías más comunes entre nuestra población, y cuál es la percepción entre la ciudadanía sobre la salud y sus determinantes.

Profesionales, técnicos, políticos y ciudadanía en general hemos colaborado para elaborar el mapa de la salud del municipio, en el que destacan las enfermedades mentales (como la depresión), el cáncer de mama y cuello uterino, o las enfermedades degenerativas, como el alzheimer, producto de una tasa elevada de envejecimiento. Partiendo del diagnóstico elaboramos las respuestas a los problemas de salud e intentamos involucrar al máximo al vecindario, para que se sienta corresponsable en el diseño de las políticas municipales.

Hemos tenido siempre una palabra como eje central: la participación. Las seis mil personas, que antes comentaba, han tomado parte en las distintas iniciativas y se han sentido protagonistas, de algún modo, del proyecto. Una de las fortalezas de la puesta en marcha de este plan ha sido la adecuada ejecución de un plan de comunicación interno y externo. Y junto a la participación, me gustaría destacar como eje clave, la igualdad y las políticas de género en salud.

- *Actividades físicas, deportivas y de ocio*. Aquí hay que mencionar lo que ahora se dice transversalidad. La salud es vida sana. Y la vida sana conlleva el ejercicio físico. El Área de Deportes tiene mucho que ver en este asunto. En los últimos años se han potenciado los recursos deportivos. Sirvan de ejemplo el Carril Bici, entre el casco urbano y las aldeas; las nuevas Pistas Deportivas, con el fomento de deportes novedosos; Parques Saludables, en el casco urbano y algunas aldeas, para



Figura 1. Rutas Saludables y actividades de medio ambiente como factores promotores de la salud.

facilitar la actividad física de los mayores, con equipamiento específico; una Ruta Saludable, dentro del casco urbano (la popular “Ruta del Colesterol”); adecuación de las pistas deportivas ya existentes, en prácticamente todas las aldeas; y Centro Municipal de Deporte y Salud, con una Piscina Cubierta para el uso y beneficio de toda la población, sin distinción de edad, con más de treinta actividades en oferta.

- *Educación Vial y la Eliminación de las Desigualdades.* La primera previene los accidentes de tráfico, tan importante para la vida de los vecinos; y la segunda elimina las desigualdades, pues éstas conllevan las diferencias en salud.
- *Programa de Educación Afectivo-sexual y de Género.* Al colectivo de jóvenes -principalmente adolescentes- también van dirigidas las actuaciones del Programa de Educación Afectiva Sexual y de Género, teniendo en cuenta siempre la importancia de la sexualidad en el desarrollo integral de la persona.
- *Promoción de la alimentación equilibrada y combate al sedentarismo.* España es uno de los países con mayor nivel de sedentarismo en Europa. Andalucía tiene la tasa más alta (un 60%). La principal consecuencia, el sobrepeso (afecta a casi el 40 % de los españoles) también constituye un problema a abordar. La prevención, como siempre, es el mejor de los caminos. Hay evidencias científicas de que las personas activas viven tres años más de media, con mayor calidad de vida y autonomía personal. Por lo tanto, la promoción de la alimentación equilibrada y de la dieta mediterránea -ya universal- también han formado parte de esta agenda. Desayunos saludables en los colegios e institutos, la edición de libros con dietas elaboradas por cocineros locales -equilibradas y bajas en calorías-, han fomentado la cocina tradicional, altamente beneficiosa y nutritiva. Por supuesto con nuestro producto estrella -el aceite de oliva- como principal ingrediente.
- *Protección del medio ambiente.* Este tema es muy conocido en los centros escolares y hay continuas lecciones y caminos a seguir. Todo lo que nos rodea afecta y condiciona especialmente las circunstancias de vida de las personas o la sociedad en su conjunto. Por ello cualquier contaminación producida en el aire, suelo, agua, alimentos.... afecta a la salud de los individuos, tanto si la contaminación es biológica, física, química o la llamada contaminación sociocultural y psicosocial, en la que incluiríamos la dependencia, violencia, estrés, competitividad, etcétera.
- *Instalaciones sanitarias.* Y quería dejar para el último tramo lo que se considera, en sí mismo, el germen de las políticas sanitarias: los Consultorios y Centros de Atención Médica aunque no es la única determinante de la salud. Muy importante, sí, pero más relacionada con la enfermedad que con el concepto de la vida sana. La diseminación de la población ha obligado a hacer un esfuerzo por distribuir los Centros de Atención Sanitaria. Las infraestructuras actuales consisten en dos centros en el casco urbano, y consultorios en nueve de las dieciséis aldeas, a los que hay que añadir diversas farmacias y botiquines.

El punto culminante de nuestras actuaciones en materia asistencial ha sido la inauguración del Centro Hospitalario de Alta Resolución de Alcalá la Real, en febrero de este 2011. Un edificio que da respuesta al 80 % de las patologías de la población alcalaína y que va a evitar los desplazamientos a los hospitales de su anterior de referencia, principalmente en Granada. Este hospital nace ligado a conceptos como la telemedicina -apoyo y asesoramiento de especialistas a través de nuevas tecnologías, verificando diagnósticos sin desplazamientos- y el acto único, con realización de consulta y procedimientos diagnósticos en el mismo día, evitando así nuevas citas.



Figura 2. El Centro Hospitalario de Alta Resolución de Alcalá la Real, punto culminante de las actuaciones en materia asistencial llevadas a cabo en nuestro municipio.

Y para terminar, algunas consideraciones:

- Alcalá la Real se presenta como un municipio con larga tradición en construir salud bajo todos los gobiernos municipales. En estos últimos años se ha multiplicado este trabajo.
- La salud no es competencia exclusiva del área de Sanidad, sino que trabajan por ella otras áreas municipales. Aparece, por lo tanto, como una estrategia innovadora que quiere dar respuesta al relevante papel que juega la salud en la sociedad y también, por qué no decirlo, en la economía de este siglo XXI.
- A las administraciones locales, por ser las más cercanas al ciudadano de a pie y porque conocen mejor el territorio, corresponde velar por la prevención y el fomento de estilos de vida saludables. Los responsables políticos conocen mejor que nadie las fortalezas y oportunidades de la sociedad que les compete gobernar y administrar.
- Las nuevas legislaciones sobre administraciones locales incrementan la capacidad de gestión sobre la salud. Personalmente creo también en esas políticas. Mi peculiar visión como profesional de la medicina, y mi vocación pública, han hecho que me sienta casi obligada a desarrollarlas.
- Desde el Ayuntamiento de Alcalá la Real hemos apostado fuerte por la corresponsabilidad y por un protagonismo compartido entre las instituciones, profesionales sanitarios y la población en el cuidado y promoción de la salud. Hay que trabajar, con todos y entre todos, por la salud.

Y, como dice el título de este artículo, la salud en una sociedad moderna debe ser objetivo prioritario. El salto a la sanidad en los comienzos del XXI está siendo espectacular.