

La comunidad en relación a la calidad de vida y el papel del educador para la salud

The community in relation to the quality of life and the role of the health educator

Dania L. Atencio Carrera , Liliana Y. Toribio Rodríguez, Amvi O. Mendoza Chen

Universidad Especializada de las Américas (UDELAS, Sede central). Facultad de Biociencias y Salud Pública. Panamá

Dania.atencio12@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0003-2986-7858>

Lilianatoribio970@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0001-6390-0637>

Amviysofia02@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0003-1621-8664>

Recibido: 22/5/2022 Aceptado: 22/7/2022 - Págs. 51-59

APORTE AL CONOCIMIENTO

Resumen

La calidad de vida es un estado de satisfacción general que se ve determinada por factores como la salud, la vivienda, las relaciones interpersonales, el medio ambiente, incluyendo la comunidad. Dependiendo de que tan buena es nuestra relación con la comunidad, que tan desarrollada este y cuan satisfecho nos sintamos formando parte de la comunidad, puede influir en el bienestar de las personas de manera positiva o negativa Dentro del desarrollo de la comunidad y el mejoramiento de la calidad de vida se encuentra el rol y trabajo que ejerce el educador para la salud, cuyo objetivo es el de educar a las personas para que puedan desarrollarse plenamente, promover la salud, mejorando las condiciones de vida. El objetivo de este artículo es dar a conocer la influencia de la comunidad sobre la calidad de vida, el panorama real de las comunidades en la actualidad y el papel que debe ejercer el educador para la salud en el mejoramiento del nivel de vida. Para finalizar, se debe tener en cuenta que la calidad de vida se ve afectada por los determinantes de la comunidad, en este sentido el educador juega un rol importante para el bienestar individual, colectivo de las personas, se debe trabajar mucho en el mejoramiento de las comunidades y el desarrollo de las habilidades de la población.

Palabras claves: Calidad de vida, Comunidad, Salud, Desarrollo comunitario.

Abstract

Quality of life is a state of general satisfaction that is determined by factors such as health, housing, interpersonal relationships, the environment, including the community. Depending on how good our relationship with the community is, how developed it is and how satisfied we feel being part of the community can influence people's well-being positively or negatively.

Within the development of the community and the improvement of the quality of life is the role and work of the health educator, whose objective is to educate people so that they can develop fully, promote health, improving living conditions.

The objective of this article is to make known the influence of the community on the quality of life, the real panorama of the communities at present and the role that the health educator should play in the improvement of the standard of living.

To conclude, it should be noted that the quality of life is affected by the determinants of the community, the health educator is very important for the individual and collective well-being of people, a lot of work should be done to improve the communities and the development of the skills of the population.

Keywords: quality of life, community, health, community development.

Introducción

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), calidad de vida “es la percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura y del sistema de valores en los que vive y en relación con sus objetivos, sus expectativas, normas e inquietudes, comprendiendo los aspectos físicos como; salud y seguridad, lo material; vivienda digna y propia, la educación; acceso a la educación, lo emocional; satisfacción, y el aspecto social incluyendo las relaciones interpersonales y familiares que permiten el desarrollo de la persona” (M. Galván, s.f.).

El objetivo de este artículo es dar a conocer la influencia de la comunidad sobre la calidad de vida, el panorama real de las comunidades en la actualidad y el papel que debe ejercer el educador para la salud en el mejoramiento del nivel de vida.

Dentro del artículo se incluye la educación para la salud debido a que esta se relaciona con la comunidad y desempeña un papel importante en la mejora del bienestar, puesto que se considera que la comunidad forma parte de los determinantes de la salud, por lo que, se busca capacitar a la población para que tenga mayor control sobre su salud y sea capaz de controlar los determinantes de la salud de su entorno.

Relación entre comunidad y calidad de vida

Uno de los aspectos que se considera clave para una mejor calidad de vida, es la comunidad, eventualmente figura como uno de los factores que llega a determinar la salud y las condiciones de vida que se tiene. Para ampliar un poco la perspectiva de este planteamiento, se considera apropiado conocer el concepto de comunidad, según un estudio publicado en 2001, se obtuvo una definición de comunidad a partir del punto de vista de los participantes, la cual parece sumamente asertiva y se define de la siguiente forma “un grupo de personas con diversas características, sin embargo, estas son unidas por elementos en común siendo estos, lazos sociales, perspectivas, metas y por supuesto el entorno geográfico” (Kathleen M. et al, 2001).

Por otra parte la definición de calidad de vida, es percibida de múltiples maneras, uno de los conceptos que nos parece más acertado, es el propuesto por el autor Ruben Ardila, quien manifiesta que calidad de vida es un estado de satisfacción general, se relaciona con el nivel de desarrollo personal, incluye aspectos como el bienestar psicológico, físico, emocional, lo social, a la vez integra la relación con el ambiente físico, la comunidad, salud y lo material (Ardila, 2003). Podría considerarse que no obtenemos el bienestar “óptimo”, sin embargo, se puede lograr un buen nivel.

La relación entre la comunidad y la calidad de vida radica en que ambas pueden afectar la salud y nivel de satisfacción que pueda sentir la persona. El concepto de comunidad se puede medir, exactamente a través de la calidad de las relaciones interpersonales, si estas relaciones son sanas aumentan el bienestar de forma determinante, impactando directamente en las condiciones de vida. Un estudio sobre las relaciones interpersonales y su influencia en el desarrollo humano realizado en 2018, demuestra que las relaciones interpersonales pueden determinar el desarrollo de la persona, por ejemplo si el medio que te rodea y tus relaciones con otras personas no son buenas por lo que no impulsan el desarrollo de tus valores, pensamiento crítico o tu potencial, tu progreso se ve estacando, sin embargo, si tus relaciones interpersonales son buenas puedes alcanzar tu

máximo potencial (Quintero, 2018). Un medio ambiente limpio, en el cual se cuidan los recursos naturales, influye en la calidad de vida ya que afecta directamente en la salud y bienestar general de las personas, vivir en una comunidad limpia hace que la gente se sienta satisfecha, con mejor salud mental y les permite recuperarse más rápido del estrés cotidiano. Por este motivo las Naciones Unidas, ha propuesto los objetivos del desarrollo sostenible, que buscan disminuir las brechas que existen con el fin de aminorar la pobreza, desigualdad y el cambio climático. Con la visión de mejorar la calidad de vida de las poblaciones, dentro de los objetivos de desarrollo sostenible se encuentran, los objetivos de salud y bienestar, agua limpia y saneamiento, ciudades y comunidades sostenibles, acción por el clima, vida submarina y vida de ecosistemas terrestres (Naciones Unidas, 2018). Estos objetivos se relacionan a las acciones que pueden ejecutar las comunidades, por lo que es importante un ambiente sano y ser más responsables con nuestras acciones.

“El mejoramiento de las condiciones de vida implica la participación comunitaria en la evaluación de lo que les afecta, tornándose en una herramienta para estudiar o buscar una solución, asegurando el bienestar de la comunidad” (Batista, 2010).

Comprendiéndose así la importancia de la comunidad en la calidad de vida de las personas, por lo que es necesario reforzar los movimientos o programas de desarrollo comunitario de tal manera, que se logre promover la participación de la comunidad por el bien común, la realización de metas que buscan mejorar la salud comunitaria, la responsabilidad comunitaria y el nivel de vida de la comunidad.

La educación para la salud en la comunidad

La educación para la salud es una herramienta sumamente importante para la salud pública, debido a que pertenece a la atención primaria, es uno de los primeros contactos que tiene la comunidad con la salud, es una de las expectativas sobre la educación para la salud.

Se busca llegar a las comunidades para, educar en salud, promocionar la salud y prevenir enfermedades, uno de los principales objetivos de la educación para la salud es el mejoramiento de la calidad de vida colectiva e individual tomando en cuenta la motivación y lo espiritual (De La Guardia Gutiérrez & Ruvalcaba Ledezma, 2020). Los educadores para la salud se enfocan mucho en que la comunidad participe, que las personas asuman su responsabilidad con la comunidad, que comprendan que las

acciones individuales muchas veces perjudican a la comunidad y que todos somos parte del proceso para alcanzar la salud. Por esta razón el educador de la salud, tiene un papel muy importante en las comunidades y el mejoramiento del nivel de vida.

En Panamá se realizó una encuesta por parte del proyecto Panamá cuéntame, de la cámara de comercio en 2021, con el objetivo de conocer la calidad de vida de los pobladores, como resultado se contemplan como aspectos necesarios para el buen nivel de vida, la salud con un 76%, el empleo con 59% y la alimentación un 47%, siendo los principales aspectos que considera la población (*Panamá cuéntame*, 2021). Mencionada encuesta se ha vuelto a implementar en el año 2022 como resultado las personas opinan que los temas claves para mejorar la calidad de vida son la salud con un 24%, el empleo con 20% y la educación con un 17%. a su vez han calificado como pésimas las gestiones por parte de instituciones para mejorar la calidad de vida del panameño. El 27% de la población reconoce no tener participación ciudadana para la resolución de problemas que afectan su comunidad. (*Panamá cuéntame*, 2022). A partir de estos resultados se puede observar que existe desconocimiento por parte de la población sobre lo que implica una calidad de vida como, la felicidad, el bienestar espiritual, la satisfacción personal y el ambiente como algunos de los aspectos que se toman en cuenta para la evaluación del bienestar, por lo que, se debe reforzar el trabajo del educador para la salud, además es importante fomentar la participación de las personas para el desarrollo de su comunidad o en la búsqueda de soluciones a las problemáticas que pueda presentar el lugar donde convive o reside.

Algunas de las acciones que se consideran beneficiosas para el desarrollo de las comunidades y las condiciones de vida son:

La unión comunitaria: las comunidades deben ser más unidas, los miembros más participativos en la toma de decisiones y acciones en pro de la comunidad. Un estudio relacionado con la organización y participación comunitaria en poblaciones vulnerables, demuestra que la unión comunitaria se debilita a medida que la comunidad se desarrolla o mejora, pues los participantes del estudio expresan que “cuando sus viviendas eran de “paja” y se alumbraban con velas, eran más unidos entre los vecinos, se consideraban familia, sin embargo, ahora que cada miembro tiene su casa en mejores condiciones y servicios de luz eléctrica, no se apoyan entre sí” (Cueto et al., 2015). A pesar de que la

comunidad este mejorando se debe fortalecer la relación y participación entre los miembros de la comunidad para que esta alcance su máximo potencial y desarrollo.

Mejoramiento del ambiente: definitivamente el medioambiente tiene efectos sobre el bienestar, según el programa de las Naciones Unidas por el medioambiente, informa que millones de muertes en el mundo se atribuyen al medio ambiente, a causa del aire que respiramos, el agua que bebemos y los estilos de vida insalubres, además de que esto incluye los diferentes tipos de contaminación a los que podemos estar expuestos (Steiner et al., 2016).

Lastimosamente las personas consideran el medioambiente no tan esencial para la salud así lo demuestra la encuesta “Expectativas de calidad de vida” en la cual se demuestra que el 4% de los encuestados reconoce como tema clave para la calidad de vida el medioambiente (Panamá cuentame, 2022). Las comunidades pueden tomar acciones por su cuenta y organizarse para mejorar el entorno donde viven, por ejemplo; en algunas comunidades como las Embera, se organizan para realizar limpieza de la comunidad los fines de semana, otras practican el reciclaje o la solución de problemas comunitarios como el acceso al agua potable, son actividades que todas las comunidades deberían practicar.

Fortalecer el papel del educador para la salud: es necesario que se reconozca la importancia del educador para la salud por parte de las autoridades de salud y el gobierno, para que los educadores puedan realizar su labor con la comunidad, que se conozca al educador para la salud y los beneficios que representa para la comunidad. Un artículo sobre la educación para la salud menciona que si no hay educación en salud, se les niega a las comunidades la oportunidad de desarrollarse plenamente, a su vez indica que un nivel bajo de educación en salud representa barreras para el acceso a los servicios de salud, poco acceso a la información en salud y dificultades en el control de enfermedades crónicas (Martínez Sánchez et al., 2020).

El educador para la salud cuenta con diversas metodologías para realizar su trabajo de manera eficaz, siendo así las más recomendadas para el desarrollo del bienestar en las comunidades las siguientes:

Metodologías participativas: son aquellas que incluyan la participación de los miembros de la comunidad, se recomienda para el éxito de las actividades que se deseen realizar incluir a la comunidad, que sea participe de cada paso es decir, que estos sean quienes suplan la información sobre los temas de interés de la comunidad, que sean parte del cambio y no solo receptores de información, sino que pongan en práctica y adopten lo enseñado para su comunidad, de esta manera se puede lograr que los miembros de la comunidad se tornen entes de enseñanza en salud (Carrasco, 2017).

Espacios comunitarios: realizar actividades en las comunidades es un aporte a la calidad de vida, por lo general, hay comunidades en que no se desarrollan estos espacios y no es aprovechado, se puede hacer programas de actividades para que las comunidades participen y aumente la unión comunitaria, traerá beneficios y ayudará a enriquecer el desarrollo de la comunidad (Huella local, 2018).

Adaptar los programas o proyecto a la comunidad: los métodos a emplear, deben tener “un enfoque social, la participación de los individuos y la comunidad, información recíproca entre el educador de salud y la comunidad, tomar en cuenta la multiprofesionalidad y sectorialidad. Se debe considerar la continuidad, la motivación, el factor recreativo, la planificación y la evaluación” (Universidad de Cantabria, 2017). Como parte esencial de todo programa se debe tomar en cuenta la comunidad y el pensar de los miembros, se debe crear la relación de amistad entre los educadores y la población para que exista la reciprocidad.

Para que el desarrollo de la comunidad sea eficaz se necesita que exista el interés por parte de los individuos, que estén dispuestos a ser parte de la solución. Se deben enfocar las acciones con base en las necesidades reales de la población y que en toda etapa las personas participen para que se sientan parte activa e importante.

Conclusión

La comunidad tiene un papel importante sobre la calidad de vida de las personas, puesto que, las relaciones sociales pueden tener un efecto positivo en las personas y el

bienestar, hay que recordar que vivimos en un mundo donde buscamos un sentido de pertenencia, por lo que la salud social implica tener buenas relaciones interpersonales, que representan beneficio personal.

Debemos recalcar que la salud y la calidad de vida dependen de factores, por lo que, no siempre se alcanza el estado óptimo, sin embargo, si se puede gozar de un buen nivel de vida.

En Panamá se debe trabajar de manera integral en las comunidades y la educación para mejorar el desarrollo de las personas. El educador para la salud debe ser más sobresaliente en su labor con la comunidad y debe ser reconocida su importancia en la salud de la población.

Referencias

- Ardila, R. (2003). Calidad de vida: Una definición integradora. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 35(2).
<https://www.redalyc.org/pdf/805/80535203.pdf>
- Batista, M. (2010). *Calidad de vida de la comunidad: una propuesta del proyecto social*. 1, 43–65.
https://www.cienciared.com.ar/ra/usr/3/1003/hologramatica13_v1pp43_65.pdf
- Carrasco, P. (2017). *Guía de Metodologías participativas para facilitadores de grupos*. 18. <https://redsalud.ssmso.cl/wp-content/uploads/2019/03/Guía-de-metodologías-participativas-para-Facilitadores-de-grupos.pdf>
- Cueto, R. M., Seminario, E., & Balbuena, A. (2015). Significados de la organización y participación comunitaria en comunidades vulnerables de Lima Metropolitana. *Revista de Psicología*, 33(1), 57–86. <https://doi.org/10.18800/psico.201501.003>
- De La Guardia Gutiérrez, M. A., & Ruvalcaba Ledezma, J. C. (2020). Health and its determinants, health promotion and health education. *Jonnpr*, 5(1), 81–90. <https://doi.org/10.19230/jonnpr.3215>
- Kathleen M. MacQueen, PhD, MPH, Eleanor McLellan, MA, David S. Metzger, PhD, Susan Kegeles, PhD, Ronald P. Strauss, PhD, Roseanne Scotti, MA, Lynn Blanchard, PhD, and Robert T. Trotter II, P., & Lack. (2001). Can Public Health Researchers and Agencies Reconcile the Push From Funding Bodies and the Pull From Communities? *American Journal of Public Health*, 91(12), 1929–1938. <https://ajph.aphapublications.org/doi/full/10.2105/AJPH.91.12.1929>
- Martínez Sánchez, L. M., Hernández-Sarmiento, J. M., Jaramillo-Jaramillo, L. I., Villegas-Alzate, J. D., Álvarez-Hernández, L. F., Roldan-Tabares, M. D., Ruiz-Mejía, C., Calle-Estrada, M. C., & Ospina-Jiménez, M. C. (2020). La educación en salud como una importante estrategia de promoción y prevención. *Archivos de Medicina (Manizales)*, 20(2), 490–504.

<https://doi.org/10.30554/archmed.20.2.3487.2020>

Naciones Unidas. (2018). La Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible Una oportunidad para América Latina y el Caribe Gracias por su interés en esta publicación de la CEPAL. In *Publicación de las Naciones Unidas*.
https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/40155/24/S1801141_es.pdf

Panamá/ octubre 2021. (2021).

<https://www.panacamara.com/panamacuentame/2021/10/27/resultados-de-la-encuesta-de-expectativa-de-calidad-de-vida-octubre-2021>

Panamá cuentame. (2022). *Segunda encuesta de expectativa de calidad de vida*.

<https://www.panacamara.com/panamacuentame/2022/06/29/resultados-de-2-encuesta-de-expectativa-de-calidad-de-vida/>

Quintero, Y. (2018). Relaciones interpersonales que inciden en el desarrollo humano y valores en el grado noveno de la IEDR Diego Gómez de Mena (Tesis de Maestría). *Universidad Externado de Colombia*, 91.

https://bdigital.uexternado.edu.co/bitstream/handle/001/972/CCA-spa-2018-Relaciones_interpersonales_y_desarrollo_humano_y_valores.pdf;jsessionid=42B4D2E56B215C1835B5A3C29A01BF48?sequence=1

Steiner, A., Alverson, K., Asnake, W., Averous, S., Bary, A., Bankobeza, S., Bacani, B., Beneke, P., Billot, M., Brown, O., Christophersen, T., Coppens, L., Cox, C., Dusik, J., Estrella, M., Demassieux, F., Duer, J., Fida, E., French, H., ... Zucca, C. (2016). *Medio Ambiente Sano, Personas Sanas*. 14.

https://wedocs.unep.org/bitstream/handle/20.500.11822/17603/HEHP_executivesummary_ES.pdf?sequence=6&isAllowed=y