

## Una nueva perspectiva sobre la salud de los canadienses. Cap. 9

**Marc Lalonde. Ministro de salud nacional y bienestar**  
**Ciencia versus promoción de la salud**

El espíritu de investigación, escepticismo y particularmente el método científico son esenciales para la investigación, sin embargo, también son un problema para la promoción de la salud.

La razón de esto es que la ciencia está llena de “peros” “tal vez” “¿sí?”, mientras que los mensajes diseñados para influenciar a las personas deben de ser fuertes, claros y sin errores. Para citar Corintios I capítulo XIV verso 8:

“si la trompeta da un sonido incierto, ¿Quién se prepara para la batalla?”

La prueba científica que se halla en las relaciones de causa y efecto entra, por un lado, el medio ambiente y el estilo de vida y, por otro, la enfermedad y la muerte. Sin buscar demasiado podemos encontrar científicos en ambos lados de las siguientes preguntas:

- a) ¿el ejercicio disminuye la probabilidad, o disminuye la gravedad, de la insuficiencia coronaria?
- b) ¿la obesidad es un importante factor que contribuye a la enfermedad y la muerte?
- c) ¿la marihuana tiene algún efecto serio a largo plazo?
- d) ¿la ingesta de altos niveles de alimentos grasos aumenta la probabilidad de enfermedad en la arteria coronaria?
- e) ¿es malo la automedicación frecuente, particularmente con medicamentos de venta libre?

Incluso una pregunta tan simple como si uno debe de limitar el consumo de mantequilla y huevos puede ser un tema de debate científico interminable.

Ante las opiniones científicas conflictivas de este tipo, sería fácil para educadores y promotores de salud tomar esto en sus manos; ciertamente lo hace fácil para aquellos que abusan de su salud para encontrar una excusa "científica" lista. Pero muchos de los problemas de salud de Canadá presionan suficientemente esa acción tiene que ser tomado en cuenta incluso si no está toda la evidencia científica.

Los chinos tienen una expresión “Moi Sui” (pronunciado MOO SUE) que significa “tocar, sentir y andar a tientas”, esto refleja un enfoque deliberado de innovación y acción creativa incluso cuando la certeza científica y la predictibilidad están en pregunta.

La comunidad científica necesita hacer esfuerzos especiales para resolver algunos de los debates sobre cuestiones relacionadas con la salud, el medio ambiente y el estilo de vida.

Hasta que no lo hagan, se aplicara el principio de “Moi Sui” en la promoción de la salud de acuerdo con las siguientes hipótesis, que ahora parecen lo suficientemente válidas para justificar y tomar medidas preventivas:

1. Es mejor ser delgado que gordo.
2. Se debe evitar el uso excesivo de medicamentos.
3. Es mejor no fumar cigarros.
4. El ejercicio es mejor que la vida sedentaria
5. El alcohol es un peligro para la salud, especialmente cuando se conduce un automóvil
6. Los medicamentos modificadores del estado de ánimo son un peligro para la salud a menos que estén controlados por un médico.
7. La tranquilidad es mejor que el exceso de estrés.
8. Mientras menos contaminado este el aire, más saludable es.
9. Mientras menos contaminada este el agua, más saludable es.

A su debido tiempo, la validez de las hipótesis anteriores y similares, probablemente se resuelva de manera científica, se establecerán relaciones de causa y efecto precisas, averiguando y midiendo el significado exacto de cada factor determinado. Mientras tanto, nos esperan grandes problemas de salud y debemos avanzar con programas sobre preceptos tales como los anteriores.

El científico "sí, pero" es esencial para la investigación, pero, para modificar el comportamiento de la población que a veces produce el "sonido incierto" que es la excusa que necesaria para muchos de cultivar un ambiente y estilo de vida que es peligroso para la salud.