

La sanidad ambiental implica salud

«La salubridad es el estado de salud y bienestar que supone un equilibrio ecológico-dinámico entre el hombre y su medio, requerido para que aquél goce de bienestar físico, mental y social», afirma don José Francisco Peña-Castifñeira, profesor de Higiene y Sanidad Ambiental de la Facultad de Farmacia de Santiago, que fue galardonado por la Real Academia de Farmacia de Madrid con el premio Juan de la Serna, por su estudio sobre el ruido ambiental como factor de riesgo en la salud, junto a don Celestino Sieria Ferrín.

El farmacéutico: educador y mentalizador sanitario

—¿En qué situación se encuentra actualmente España respecto a la CEE en cuestiones de sanidad ambiental?

—Desde el momento en que entramos en la CEE tenemos que ir acoplándonos a su normativa, y en esa línea estamos. Pero es una cuestión lenta y no se puede de un día para otro, por decreto-ley, exigir que se cumpla la normativa. Existe un período de adaptación, que es el que estamos viviendo. Yo conozco más en concreto la situación gallega, por ser donde me muevo, aunque creo que muchos problemas que vemos allí se pueden generalizar para otras Comunidades Autónomas. Los problemas más acuciantes son los de eliminación de aguas residuales, el abastecimiento hídrico, la contaminación atmosférica y la polución sonora. Existe una necesidad de adoptar una serie de medidas urgentes, ya que hasta ahora no se ha planteado el tema de la debida forma, quizá porque no era demasiado importante, pero cada vez preocupa más, y, evidentemente, es preferible una lucha preventiva que no esperar a que la situación llegue a ser altamente peligrosa, para evitar la degradación del medio y vernos obligados a realizar un saneamiento del mismo. Además, hay problemas que tienen una sencilla solución, como el de la eliminación de aguas residuales urbanas, que sólo precisa de una infraestructura adecuada del alcantarillado que dirija todas las aguas a una planta depuradora, evitando los vertidos directos sobre el mar o los ríos, lo que implica un riesgo tanto ambiental como para la salud de la población.

—El farmacéutico, desde detrás del mostrador, ¿puede ejercer

alguna influencia sobre el público, con consejos o soluciones de vida cotidiana, para el mantenimiento del medio en buenas condiciones?

—Creo que el farmacéutico puede ejercer una importante labor de educación sanitaria. No es solamente un experto, junto al médico, en el medicamento, sino que puede ejercer una labor como educador en múltiples aspectos de la vida cotidiana, tanto alimentarios como de calidad de vida o medio ambiente. El farmacéutico titular, muy especialmente, por estar más vinculado al control de la calidad de aguas de abastecimiento, de la contaminación atmosférica, incluso en alimentación, inspeccionando panaderías, etc. Y no sólo eso, sino que cara al público también tiene una interesantísima labor de concienciación sobre estos problemas para que sea la propia gente quien, consciente de lo que ocurre y con una educación sanitaria adecuada, exija a los políticos una mayor calidad de vida. Así, pues, su labor es fundamentalmente de educación y mentalización.

—¿Qué aspectos de higiene son los que más debe tener en cuenta el farmacéutico dentro de la oficina de farmacia?

—En relación a los medicamentos tiene un campo muy amplio, sobre todo con clientes habituales que siguen una terapia concreta. Puede informarles desde la posología, las incompatibilidades que pueden tener, si debe ingerirlos antes o después de las comidas, incluso qué alimentos son los que más le convienen. También en alimentación, por supuesto, tiene todo un campo, informando de las necesidades nutritivas de cada uno en



función de su estado de salud, pues no es lo mismo un individuo normalmente sano que otro con algún problema de obesidad, diabetes o cardiovascular, que precisan un tipo de alimentación concreta. También puede evitar que se adquieran una serie de enfermedades endémicas, por ejemplo, por la ingestión de verduras mal desinfectadas, o concienciándole de que no puede tomar agua de una fuente que no esté clorada, o si es de pozo, recordándole la necesidad de realizar una analítica fisicoquímica y bacteriológica antes de beberla. Por otra parte, en casas aisladas o grupos de

chalets debe indicar la necesidad de una eliminación adecuada de residuos, que muchas veces no existen por mero desconocimiento. O en medios rurales controlar la utilización de plaguicidas de una forma racional. En fin, son muchos los aspectos en los que el farmacéutico debe ejercer su labor de educador y controlador de sanidad e higiene.

—¿Cuál piensa que sería la organización idónea del sistema de salud para conseguir una mejora de la calidad de vida?

—La salud no va a ser posible

A mayor desequilibrio, mayor patología

en un sistema desequilibrado —a mayor desequilibrio, mayor patología—, el cual propicia el no reciclado de los elementos que pueden acumularse y la proliferación de patógenos y parásitos. La ordenación del territorio, tanto del medio físico como social, es el factor determinante en el desequilibrio del ecosistema y de su coste en salud. De ahí la necesidad de una gestión higiénica del medio, que hasta el momento viene siendo ignorada de una forma global. En 1982, la OMS sacó una publicación para la rápida evaluación de contaminante de ámbito de aplicación general en el mundo. El Servicio de Sanidad Ambiental del Ministerio de Sanidad propuso un programa experimental, ese mismo año, para la higiene del medio, que pretende tener su aplicación a cualquier territorio del Estado. En este programa se considera, primero, las disfunciones del medio como factores condicionantes de la enfermedad. Después, la metodología propuesta es la inversa de la epidemiológica: no se buscan enfermedades, sino factores que potencialmente la pueden generar, con independencia de que la patología haya o no aflorado; tiene, pues, carácter preventivo. Y, por último, la atención al medio va a consistir en la elección prioritaria de acciones sectoriales y extra-sectoriales sobre el medio, encaminadas a mejorar de la forma más efectiva el estado de la salud para un mayor número de personas. Para llevar a cabo la caracterización de los factores de riesgo es necesario un abordaje global y simultáneo. Esto requiere un prediagnóstico rápido del medio, para lo cual el método de la OMS es el adecuado. Este método consiste en una estimación inicial de la situación existente, es decir, una identificación de la naturaleza e importancia de los distintos focos contaminantes y de residuos y un establecimiento de cuáles son los datos requeridos para su estudio, y tras la síntesis de la información recogida se calcula la carga contaminante total para el aire, el agua y el suelo. En segundo lugar, una interpretación del impacto ambiental de acuerdo a las características de la zona, esto es, apreciar el impacto sobre la población y los recursos. Por último, la recomendación de acciones sanitarias: recapitulación sobre dónde ejercer la acción sobre el medio ambiente en aras de su

máxima eficacia y la evaluación de la eficacia de los programas anticontaminantes existentes y, si procede, recomendaciones para su mejora. Creo que, hoy por hoy, estas son las pautas a seguir para una mejor gestión sanitaria del medio ambiente.

atravesamos, veremos cómo se incrementa su acción sobre la salud de todos los ciudadanos. Hay que tener una mención especial al problema del paro y su repercusión a nivel individual, familiar y social. Los parados muestran cambios fisiológicos (presión arterial, hor-

repercusión tienen en el hombre?

—Fundamentalmente, el tráfico rodado. Las ciudades importantes son las que lo acusan, debido al trazado inadecuado de las calles, que provoca demasiado volumen de tráfico en ciertas zonas. También existe



—¿Qué relación existe entre una carencia de salubridad y fenómenos como tabaquismo, alcoholismo o farmacodependencias?

—El medio humano ambiental supone también un ambiente sociocultural y psicosocial, dada la enorme influencia que tienen las condiciones económicas, culturales y sociales que nos rodean en el modo de ser y de vivir en relación con lo que ocurre y existe a nuestro alrededor. De ahí la importancia de realizar un estudio detenido del hombre como animal social. Tenemos que tener muy en cuenta que muchos problemas de salud mental, anomalías de conducta o comportamientos irracionales se producen por factores sociales como la promiscuidad, el hacinamiento, la falta de descanso o las frustraciones que, en ocasiones, están entrelazadas con factores biológicos. Esto ocurre debido a que la sociedad actual está muy materializada, con una pérdida de valores de tipo ético, social y moral. Si a eso le unimos la aguda crisis económica que

monas del estrés...), cambios físicos (aumento de mortalidad por afecciones cardiovasculares, artritis, gastritis...) y desórdenes mentales (ansiedad, depresión, incluso suicidio). A nivel familiar se observa un incremento de conflictos, lo que redundará en un aumento del número de divorcios y la mayor proporción de fracaso escolar en los hijos. Así, a nivel social, se aprecia un aumento de la mortalidad por infartos y suicidios, crecen las toxicomanías y farmacodependencias, aumenta la delincuencia, la

otra serie de elementos, como el ruido procedente de obras de construcción. En cuanto a las repercusiones, evidentemente, el ruido produce sordera y es uno de los más elevados riesgos ocupacionales de personas que están en fábricas o industrias donde los niveles de ruido son muy elevados. Otra serie de efectos importantes extraauditivos son el estrés, o la influencia sobre el sistema nervioso central y sobre el sistema cardiorrespiratorio. Respecto a los efectos sobre la salud mental, es un

En la edad infantil es fundamental la prevención

violencia y la marginación social, existiendo un retroceso en lo referente a alimentación e higiene personal. La contaminación sociocultural y psicosocial, pues, provoca daños sanitarios y socioeconómicos muy importantes.

—¿Cuáles son los elementos acústicos más nocivos y qué

tema muy en boga y muy novedoso, que actualmente está en estudio. Nosotros hemos realizado un trabajo en el que no hemos encontrado una correlación significativamente estadística y en que se ha visto que las personas que se quejan de molestias por ruidos son psíquicamente normales. Pero, como digo, es un tema en el

6/Entrevista

En la edad infantil es muy importante llevar a cabo una política preventiva, pues es cuando se puede evitar que algún problema vaya a más e incluso erradicarlo

que aún hay que seguir investigando.

—¿Qué nos diría de la relación entre salud e higiene infantil?

—En la edad infantil es muy importante llevar a cabo una política preventiva, pues es cuando se puede evitar que algún problema vaya a más, e incluso erradicarlo. Es elemental el tema de las vacunaciones, hay que informar a las madres para que sigan la cartilla de vacunación de los niños, para evitar más adelante que el niño sufra enfermedades como el sarampión, la rubéola, etcétera, ya sean víricas o bacterianas. Otro tema sería la prevención de accidentes viales o domésticos, como la ingestión de fármacos, que tanto les llama la atención. Se trata de inculcarle una serie de hábitos, para lo que hay que proporcionarles información. El maestro, junto a los padres, son quienes van a formarle, y deben tener en cuenta que no es válido sólo decirles las cosas, las tienen que ver. No se les puede convencer de que fumar es malo con un cigarro en la boca. Hay que convencerles mediante una adecuada información y a base de una serie de vivencias de que debe

llevar a cabo una serie de cosas para su propio bien, por su propia salud y futura calidad de vida. También es fundamental la higiene escolar, donde entrarían factores como la visión en el aula o los problemas posturales, que pueden evitarse con un buen mobiliario, pues el niño pasa muchas horas al día sentado en un pupitre. O los reconocimientos médicos anuales, en los que se pueden detectar procesos del tipo que sea en sus comienzos, facilitando una solución a tiempo, ya sea de oftalmología, odontología, etc. Evidentemente, es importante introducirlos y concienciarlos en una vida al aire libre, en el campo, donde se haga deporte y ejercicio físico, lo que va a evitar que se mezclen en ambientes indeseables de círculos de bares, por ejemplo, que puede culminar en drogadicciones, dependencias o delincuencia. Hay que pensar que el niño es un cajón abierto en el que cabe de todo, y cuantas más cosas positivas entren en él, más posibilidades hay de neutralizar o evitar las negativas, pues está claro que no sólo se trata de buscar su bienestar desde el punto de vista de evitar la enfermedad, sino de que llegue a ser una persona que



viva de una manera equilibrada, tanto física como psicológicamente, y que esté adaptado al ambiente en el que vive de un modo natural.

Texto: ANABEL C. C.
Fotos: ALBINO LOPEZ

