

## La educación y sus vínculos con la salud

Miguel Castillo  
macasti\_2000@yahoo.com

El tema del suicidio ha tomado bríos entre las voces públicas, los analistas y los especialistas de la salud mental que, a través de investigaciones, han detectado que éste va en aumento y sus consecuencias, costos e impacto social, cultural y psicológico, lo colocan ya como un problema de salud pública.

Recientemente sufrimos el impacto de las lamentables pérdidas de tres jovencitas y un niño de 10 años que decidieron poner fin a sus vidas y que, de manera desafortunada, los medios impresos han querido asociar, en un tono amarillista, al rechazo o decepción ante los resultados que dos de ellas obtuvieron en el examen de ingreso al bachillerato.

No obstante estas apreciaciones, que probablemente requieren mayor información para emitir un juicio más equilibrado, omiten que tratándose de un fenómeno como el suicidio, como en otras manifestaciones de la salud mental, inciden un conjunto de factores que al asociarse incrementan las posibilidades de que esto ocurra. Estos factores han sido denominados por los expertos como *factores de riesgo*. Del otro lado, en este *continuum* del proceso salud-enfermedad, existe otro conjunto de aspectos que, al contrario, protegen y evitan que las conductas suicidas hagan su aparición. Estos son denominados como *factores protectores*.

Así, nuestro equilibrio mental puede fluctuar de la salud a la enfermedad en la medida en que estemos expuestos, en mayor o menor medida, a estos factores y, en consecuencia, tomemos la decisión, por ejemplo, de expresar nuestros malestares y enfrentarlos, tratando de encontrar, a través del diálogo y hasta la discusión, con parientes cercanos, amigos de casa, del trabajo o con algunos especialistas, la solución más pertinente. En este sentido, el suicidio obedece, entonces, a múltiples factores del orden individual, social y psicológico y no a visiones superficiales que tratan de establecer relaciones lineales de causa efecto. Vale la pena recordar que tanto el suicidio como la dependencia a sustancias tóxicas, tienen en común, de manera significativa, que comparten factores *protectores* y de *riesgo*, en su explicación de origen.

Se ha observado que estos factores están presentes en función de las características del medio social donde se desenvuelve el individuo; de la exposición a diversas fuentes de motivación y a las características personales de cada persona. Ningún elemento de esta dimensión sociopsicológica es capaz, por sí solo, de desencadenar no sólo el suicidio o las adicciones, sino cualquier otro problema de tipo social y psicológico. El encasillamiento del desarrollo humano, por relaciones causa efecto, tiende a confirmar un pensamiento de tipo supersticioso que acusará, falsamente, a ciertos aspectos como responsables de la problemática humana. La investigación y la ciencia han descubierto que entre los factores protectores están: la comunicación abierta entre los miembros de la familia; la capacidad para expresar ideas y emociones de manera clara; poseer confianza y seguridad en sí mismo; la habilidad para establecer relaciones humanas, de amistad y apoyo con personas y amigos externos al círculo familiar; destreza para la solución del conflicto, a través de la negociación y el diálogo; saber enfrentar el stress y las dificultades de la vida diaria y contar con la capacidad para saber tolerar la frustración, entre otras habilidades, que son conocidas como *habilidades sociales*.

La otra cara que nos muestra el suicidio nos indica que es una versión del sentimiento de agresión pero que no se dirige hacia el mundo externo sino que da la vuelta y se va de regreso, de nueva cuenta, hacia el sujeto. El suicidio es una forma de autoagresión, ante la imposibilidad social y moral de agredir al mundo, pero la pregunta es ¿porqué agredir al mundo externo? ¿qué motivos tendría alguien para querer mostrar de esta forma su gran malestar y al mismo tiempo reprimir este sentimiento?

La calidad educativa, que tanto buscan las autoridades federales, no sólo se define por obtener mejores resultados en evaluaciones internacionales. En este marco del comportamiento y desarrollo humano, habría que considerar que la educación en México, tiene ante sí el gran reto de formar, en el más amplio sentido de la palabra, a los nuevos ciudadanos para insertarse en la dinámica social, económica y cultural que impone costos y desgaste de la energía física y psíquica, para que adquieran estas *habilidades sociales*, que conforman parte del gran bloque que constituye a los *factores protectores*, vertiente donde el sistema educativo nacional, sí tiene mucho qué ver. El sistema educativo nacional tiene la responsabilidad de diseñar un modelo distinto, donde incorpore estas habilidades para la formación de cada uno de los estudiantes para que sean capaces de enfrentar en el presente y en futuro próximo, no sean derrotados a la primera de cambios o que se depriman ante los sinsabores que la vida les depara.

Lo mejor y más importante es que estos fenómenos de la salud mental se pueden prevenir, siempre que exista la acción coordinada de las distintas instituciones sociales, particularmente de salud y educación, que a través de sus programas y líneas de acción deben articularse entre sí desde una visión integral y multidimensional, donde no sólo la escuela sea la única responsable de modificar las actitudes y de enseñar otras formas de pensamiento y comportamiento.

Estamos hablando de una visión de Estado que se define por el diseño y aplicación de políticas públicas que deriven en el bienestar global de la población: empleo, servicios médicos, educativos, de capacitación, cultura y esparcimiento que giren a la misma velocidad de las demandas sociales y que cada una se distinga por su sentido social y de corte humanista para planificar mejores estilos de vida

Estos deberían ser los principios de una cultura nacional bajo los cuales se rijan las estrategias y los propósitos que el Estado se proponga alcanzar, por ejemplo, por medio de la escuela pública, desde preescolar hasta los niveles de la educación superior. Un espacio donde la calidad educativa se defina, no sólo por lograr mejores resultados en las evaluaciones de la OCDE, sino en la posibilidad de desarrollar un modelo educativo que, a través del contacto diario con sus docentes y compañeros de aula, establezca la formación de actitudes que lleven a los alumnos(as) a saber sobreponerse de manera socialmente adecuada a las presiones y fracasos escolares, a superar los conflictos familiares y en planear cómo mejorar sus comunidad. Aquí el papel de la Universidad pública adquiere una posibilidad de transformación social, fundamental. Con un modelo de este corte, se evitaría que el suicidio, las adicciones, la locura (como se le conoce popularmente) y el trastorno mental, continúen como la vía de expresión del malestar de una cultura ante las carencias, los faltantes y la corrupción que carcomen no sólo la legitimidad y la vigencia de las instituciones, sino también el espíritu humano.

*Por mi Raza hablará el Espíritu*, es una frase y dimensión del pensamiento que encierra el poder de la cultura nacional y no del individualismo; pretende alcanzar lo más intangible y por ello, lo más enriquecedor del hombre y al mismo tiempo su espíritu. Los ciclos se

cierran y cuando la Universidad pública rehabilite su capacidad de dotar al pueblo de los valores supremos del humanismo y la razón social, desde sus más tiernas etapas como en la educación preescolar, el círculo virtuoso comenzará a crecer en espiral para que los grandes ambientes de educación superior se nutran, simultáneamente, del impulso y el trabajo intelectual que se siembra en la educación básica y las subsecuentes fases. Esta es la visión de una larga y compleja, pero sana cadena, a partir de la que, entonces sí, podríamos arribar a la formación de niños y jóvenes propositivos que, conscientes de su realidad, tengan las suficientes herramientas para ser capaces, por ejemplo, de mantener dos ideas opuestas en la cabeza y seguir funcionando; reconocer que las cosas no tienen remedio y, sin embargo, mantenerse con la firme disposición para cambiarlas.