BUEN VIVIR Y ESPERANZAR; A LA LUZ DE LA EDUCACIÓN POPULAR, LA SALUD Y LA ALEGREMI¹

La educación popular y la salud integral, un abrazo indisoluble

Los caminos de la salud comunitaria nos han permitido saber que solo es posible promover y vivir la salud integral desde la educación popular. Ambas esferas, la salud integral y la educación popular, son expresiones de una misma manera de sentir, que se ha denominado paradigma cultural biocéntrico. Por esta misma razón, el Buen Vivir solo es posible desde el esperanzar.

Como humanidad estamos viviendo la posibilidad de transitar de la cultura antropocéntrica, en la que creemos que los seres humanos somos el centro del universo, a la cultura biocéntrica, en la que asumimos que la vida es el centro y nosotros parte de su trama.

Desde el sentimiento de la cultura antropocéntrica, hemos enajenado la vida y no vemos el suelo, el aire, el agua, la flora, la fauna como manifestaciones de ella, sino como “recursos” a nuestra disposición, y así actuamos, depredando y destruyendo el planeta, sin considerar los daños a los ecosistemas, a punto tal de provocar una acelerada pérdida de la biodiversidad y el calentamiento global que pone en riesgo hasta la propia supervivencia.

Esta alienación nos lleva a considerar “recurso” también a los seres humanos, generando injusticias sociales, inequidad, explotación, violencias de todo tipo y guerras. Se impone el capitalismo como sistema económico, político y social que tiene la rentabilidad como objetivo excluyente, y el patriarcado como lógica de relación entre las personas, asumiendo que unas son más valiosas que otras, negando las posibilidades de decidir, desear y autodefinirse a estas últimas.

Desde este sentimiento, “el otro/ la otra” es un objeto vacío de poder y de saber, que requiere ser atestado de información, conducido, disciplinado y acomodado a un modelo de normalidad artificialmente creado al servicio de las asimetrías imperantes. Entonces, creemos que la salud y la educación tienen que ver con intervenciones para que cada ser, individualmente, se amolde a ese modelo.

Desde el paradigma emergente biocéntrico sabemos que la vida es un tejido y los seres humanos una hebra más de su trama; el planeta Tierra, nuestra Casa Grande, es un sistema en el que todo está vivo y relacionado entre sí. Todos los seres de la naturaleza intersomos, somos en y con los otros. La vivencia de este sentimiento, genera salud en nuestros ecosistemas.

¹ Escrito para la Clase Dialogada de la asignatura de Educación Popular en Salud del Postgrado en Salud Pública de la Universidad Federal de Paraíba (UFPB) Brasil, del 29 de julio de 2021.

En nuestros cuerpos y en nuestros pueblos, coexisten ambos paradigmas. El sentimiento de pertenencia a la vida está en nuestras raíces y se expresa, cada vez con mayor claridad, en las acciones, los gestos y las decisiones cotidianas y colectivas.

Sentirnos Naturaleza genera otra visión de la vida, otra ética, otras pautas de consumo y de producción, otras maneras de mirar y de relacionarnos, y por lo tanto, otras maneras de vivir la educación y la salud. Desde este sentimiento, la salud es una sola, la salud de los ecosistemas, y la educación es el encuentro, la conjunción y el diálogo de saberes para el cuidado de esa salud.

Somos vida dentro de la vida, cada ser tiene sabiduría propia para organizarse y sanarse a sí mismo y así misma, sabiduría que emerge del sistema de relaciones al que pertenecemos, así como sucede con cada comunidad, cada organización y cada Pueblo. Sanar y educar son procesos mediante los cuales, en relación con otras y otros, nos hacemos conscientes de la sabiduría y de la integralidad que nos constituye.

Compartimos a continuación dos experiencias en las que se vive el abrazo indisoluble entre la educación popular y la salud integral: El Programa Salud Comunitaria de la Provincia de Formosa, Argentina, y la propuesta pedagógica Esperanza y Alegremia.

Salud Comunitaria, 20 años de siembras y vivencias

En la provincia de Formosa, Argentina, a finales del año 2001, se tomó la decisión política de crear el Programa Salud Comunitaria, con el propósito de aportar al cumplimiento de algunas de las premisas de la Atención Primaria de Salud Comprensiva e Integral, tales como participación popular, intersectorialidad, integración de saberes y solidaridad.

El Programa comienza a desarrollarse en febrero de 2002 dentro de la estructura del Ministerio de Desarrollo Humano. En abril de 2009 se crea el Ministerio de la Comunidad, y pasa a trabajar dentro de su ámbito.

Desde sus inicios, el Programa Salud Comunitaria se plantea las siguientes ideas-fuerza:

1. Comunidad somos todas y todos.
2. La salud es la salud integral.
3. Los saberes y haceres se suman.

Su principal objetivo es valorar los conocimientos y las prácticas locales autogestivas que hacen al cuidado de la salud integral.

Su propósito es la promoción de la salud de las relaciones, entendida como el proceso de construcción de relaciones saludables de las personas consigo

mismas, con la comunidad y con el ecosistema. Las relaciones saludables son indispensables para la plena participación de una comunidad organizada, ya que significan solidaridad, autonomía y autoestima.

Se plantea los siguientes objetivos generales:

- Reconocer y valorar los saberes y haceres locales que hacen al cuidado de la salud integral (suelo, plantas, animales, personas).
- Fortalecer la autoestima personal y comunitaria.
- Promover la auto-organización de la comunidad para cuidar la vida.

La estrategia planteada para cumplir estos objetivos y este propósito, es generar y fortalecer encuentros comunitarios, es decir, espacios de participación, diálogo, construcción de conocimientos y fortalecimiento de vínculos de conocimiento, confianza y afecto.

La metodología de trabajo del Programa se basa en la educación popular, y su accionar se lleva a cabo mediante la articulación intersectorial a nivel local y el compartir solidario de prácticas autogestivas para la salud integral (tales como: elaboración local de fitofármacos de uso interno y externo, empleo de digitopresura, práctica de masajes, gimnasias terapéuticas, ejercicios de respiración, pesaje comunitario de niñas y niños, separación de residuos, reciclado, huerta agroecológica, alimentación saludable, elaboración de títeres, dinámicas, juegos y reflexiones colectivas).

“Todos sabemos y todos podemos, todos somos maestros y estudiantes a la vez”, es la pauta rectora. En la actualidad, se plantean como líneas de acción: actividades en territorio, actividades de capacitación y actividades de investigación y comunicación.

El desarrollo del Programa ha demostrado su potencialidad para crear espacios solidarios donde se comparten saberes y haceres propios o adquiridos por la comunidad local, que hacen al cuidado de la salud integral; generar instancias de protagonismo popular y afirmación de los valores culturales propios; y trabajar coordinadamente con diferentes organismos y sectores.

Es relevante constatar la elevación de la autoestima de las personas y comunidades, al reconocer sus propias capacidades y al saberse protagonistas del desarrollo de los procesos de auto-organización o sanación de sus territorios.

Las vivencias que se tienen dentro del Programa Salud Comunitaria en sus múltiples actividades, contribuyen a la construcción de un nuevo paradigma cultural. Durante las mismas, se impulsan, expresan, comparten, fortalecen y profundizan concepciones y prácticas de salud y educación, diferentes a las hegemónicas y próximas a la libertad, a la solidaridad y al respeto por la vida, es decir, al paradigma biocéntrico.

La salud es Alegremia, una propuesta pedagógica de origen popular

Esperanza y Alegremia es una propuesta pedagógica para la promoción de la salud de los ecosistemas, que nace de la sabiduría popular y que se vivencia desde la singularidad de cada territorio.

Se comparte en muchos países de nuestra Casa Grande, acompañando procesos de educación popular y de salud integral. Y se desarrolla con diversas metodologías y maneras de expresión.

En general, esta propuesta pedagógica llega a cada lugar, con la semilla de su historia: "La Historia de la Alegremia". Un relato que ha sido transmitido de forma oral y escrita, originariamente, por uno de sus protagonistas: el médico sanitarista y visitante de la salud de los ecosistemas, Julio Monsalvo. A continuación, una de sus narraciones de esta historia-semilla:

"En la primavera de 1996, un grupo de doñas campesinas del Norte Argentino, conversaban acerca de qué cosas son realmente las "necesidades básicas", pues no estaban conformes con lo que escuchaban por radio acerca de las últimas cifras de las NBI (Necesidades Básicas Insatisfechas).

- Lo básico es lo básico, lo esencial, lo que no puede faltarle a nadie, no puede ser un número.

De la reflexión de las doñas, surgió lo que consideraban necesidades básicas... Mágicamente todas comenzaban con la letra "A": Aire, Agua, Alimento, Albergue, Amor.

- ¡Gracias a Dios que vivimos en el campo! ¡qué lindo Aire que respiramos! Nada que ver con la ciudad, con humos, olores, ruidos...

- Si Dios nos envía el Agua de lluvia que es pura, ¿por qué tenemos que hervirla o ponerle cloro?... ¿Quién la contamina?

- Nosotras queremos que nuestros Alimentos sean sanos, que sean para nuestra salud. Por eso no usamos venenos y a los animales les damos alimentos naturales. Sin embargo, ese señor que compró ese campo grande para poner una arrocera, fumiga con una avioneta y nos envenena el suelo, mata nuestras plantas, a los chicos les salen granos, los abuelos tienen tos...

- Necesitamos un Albergue digno, que nos Abrigue, donde podamos vivir en familia.

- ¿Quién puede vivir sin Amor? El amor es necesario para vivir... en la pareja, en la familia toda, entre vecinos...

- Y si todo esto estuviera bien, ¡qué salud que tendríamos!

Y la “conversa” entra en otra fase... ¡Reflexionar acerca de la salud! Comenzaron cuestionando que la salud sea un “estado de normalidad”, medido por esos análisis de laboratorio que hablan que todo está bien si la glucemia o la colesterolemia o lo que sea, se halla entre valores mínimos y máximos.

- *Eso no puede ser, así como hay enfermedades que son muy leves y otras más graves, la salud puede ser cada vez más linda, más saludable.*

De esta manera, como una travesura, surge esta nueva palabra: “Alegremia”, alegría que circula por la sangre.”

Su relato continúa con nuevas protagonistas, cuando al compartirse, se van proponiendo otras “A”, como por ejemplo: Arte en la provincia del Neuquén, Aprendizaje en los Andes colombianos, Amistad en la provincia del Chaco y Armonía en Medellín, Colombia.

A finales del 2003, la Revista “El Médico” de Argentina, publicó la Historia de la Alegremia, la cual llegó a Ecuador. Patricio Matute, un comunicador trabajando en la Fundación Niño a Niño, de la ciudad de Cuenca, propuso a las y los docentes de seis escuelas, que trabajaran cada “A”, con las niñas y los niños.

En junio de 2004, se celebró en Cuenca un encuentro del Frente Nacional por la Salud de los Pueblos, que fue inaugurado con una marcha de esas escuelas, en la que con batucadas, disfraces, pancartas y diferentes expresiones artísticas, manifestaron sus propuestas acerca de cada una de las “A”. Las y los docentes de muchas escuelas se entusiasmaron y decidieron proponer esta actividad en sus escuelas como proyecto educativo “Esperanza y Alegremia”.

En julio de 2005, en el marco de la II Asamblea Mundial de la Salud de los Pueblos celebrada en Cuenca, se llevó a cabo el Foro Global de la Niñez Esperanza y Alegremia, en el cual participaron las más de 60 escuelas de las provincias del Azuay, del Cañar y de Guayaquil que incorporaron este proyecto, junto a participantes de la Asamblea de diferentes países.

La Alegremia llega entonces a diferentes territorios del planeta, contagiando esperanzas e impulsando acciones que cuidan la vida desde la concepción de salud integral.

La Alegremia es una idea fuerza que despierta la creatividad en diversos ámbitos. Sabemos de muchas iniciativas, tales como obras de teatro, títeres, canciones, pinturas, formación de clubes y programas de radio.

La definición de las mujeres campesinas de salud como Alegremia es expresión de la sabiduría ancestral presente en todos los Pueblos. La claridad y fuerza de esta definición, acompaña, estimula y alienta inmensidad de procesos locales que promueven el Buen Vivir de las comunidades.

Si la salud es Alegremia, entonces la salud no se controla, sino que se acompaña; no es un estado definitivo, sino un constante caminar en relación con todo el ecosistema; no depende de una sola variable, sino que emerge de la integralidad de condiciones de vida buena y digna; no se impone o decreta desde el exterior, sino que nace de darnos cuenta de los propios dones, saberes, poderes y vínculos.

Esperanza y Alegremia como propuesta pedagógica, consiste en reflexionar colectivamente sobre las necesidades esenciales para vivir, identificadas como las "A": Agua, Aire, Alimento, Albergue/Abrigo, Amor, Arte, Aprendizaje.

Una de las metodologías ensayadas en encuentros realizados en diversos lugares, propone trabajar las siguientes consignas, para luego compartir las ideas y sentimientos que se generen, y acompañar las acciones propuestas para el cuidado de cada "A":

- ¿Cómo nos sentimos siendo "A"?
- ¿Qué tiene que ver cada "A" con nuestra vida?
- ¿Cómo está cada "A" en nuestro ecosistema local?
- ¿Qué podemos hacer para cuidar cada "A"?

Esperanza y Alegremia propone asumir la investigación local como base de todo proceso educativo e invita a sumergirnos en la necesaria aventura de pensarnos y sentirnos por nosotros mismos.

Esta propuesta tiene como propósitos recuperar nuestro sentido de pertenencia a la Naturaleza, conocer los componentes del ecosistema local y planificar y ejecutar participativamente acciones para la salud integral.

La salud de las relaciones está en manos de la comunidad

El concepto de salud que emerge del sentimiento de pertenencia a la vida, es decir, del paradigma cultural biocéntrico, es la salud integral o salud de los ecosistemas o salud de las relaciones, de todos los seres con sí mismos y entre sí.

En este sentido, la educación que nace de este sentimiento, forma parte del proceso de construcción de la salud de las relaciones. La educación popular implica y genera relaciones saludables.

Las acciones desarrolladas en los ámbitos del Programa Salud Comunitaria de Formosa y de la propuesta pedagógica Esperanza y Alegremia, tienen como propósito la promoción de la salud de las relaciones, y como horizonte la construcción del paradigma cultural biocéntrico.

Desde la vivencia de estas experiencias, proponemos que cada una de nuestras decisiones y acciones personales, familiares, comunitarias e institucionales, esté siempre acompañada de esta pregunta:

¿Este emprendimiento o actividad que realizamos en nuestro ecosistema local, aporta a la salud de las relaciones?

Resulta imperioso en este momento de nuestra historia como humanidad, generar políticas desde lo cotidiano. Es decir, que el saber y devenir cotidiano de la sabiduría de las comunidades, guíe el marco social, político y económico en cada territorio.

La salud y la educación que parten de reconocer que sus gestoras son las propias manos de la comunidad, favorecen el protagonismo local de las personas y comunidades, la conexión con la vida y la integralidad de los procesos hacia el Buen Vivir. Es decir, que la salud de las relaciones y la educación popular parten de la esperanza y nos devuelven a ella.

Desde estas maneras de sentir la salud y la educación, la esperanza se hace acción, se vive como esperar. Esta salud y esta educación se construyen a partir de acciones, gestos y miradas que cambian la realidad, incluyendo la manera de vincularnos con ella.

Nuestro hacer tiene la posibilidad de transformar el mundo al que le pertenecemos. Por eso nos acompaña la alegría y la esperanza de saber que desde nuestros sueños íntimos, nuestras actitudes cotidianas y nuestras formas de organizarnos en comunidad, estamos formando parte del amanecer de mundos mejores.

Sandra Isabel Payán Gómez