
EXPERIENCIA MÉDICA

LA CATEGORÍA ACTIVIDAD. UN ENFOQUE RELACIONADO CON LA ATENCIÓN PRIMARIA

Patricia M. Herrera Santí¹

RESUMEN: En el presente trabajo se realiza un análisis de la categoría *actividad*, cuya relevante importancia hace que se le considere como una de las principales dentro de la ciencia psicológica. Esta categoría, que ha sido estudiada desde diferentes enfoques (psicológicos, filosóficos y sociológicos), la abordamos en este trabajo con una óptica práctica, vinculándola directamente a la salud y a la atención primaria. En nuestro enfoque vinculamos la *actividad*, los elementos esenciales que la componen, y sus formas de manifestarse, con el modo de vida del hombre, el cual tiene una estrecha relación con el nivel de salud; así como también la relacionamos con la intervención comunitaria, sirviéndonos de ella como guía para orientar nuestro trabajo en la prevención de enfermedades y la promoción de salud.

Descriptores DeCS: ATENCIÓN PRIMARIA DE SALUD; CALIDAD DE VIDA; ESTADO DE SALUD; ACTIVIDADES HUMANAS.

En este trabajo nos proponemos hacer un breve bosquejo de la categoría *actividad*, enfatizando su interconexión con el sistema de salud, con el objetivo de conocer su influencia en la adopción de modos de vida saludables por parte del hombre, así como también analizar cómo interviene en la promoción y la educación para la salud.

Nos interesa trabajar en este tema pues sólo una orientación teórica basada en la unidad dialéctica de la teoría y la práctica, puede ayudarnos en el estudio de los fenómenos y procesos psicológicos y en la

selección de los métodos, problemáticas e hipótesis más adecuados para la realización de nuevas experiencias. (González D. Criterios y métodos para el estudio de la motivación. Selección de lecturas de diagnóstico clínico. Fac. de Psicología, Universidad de La Habana, 1990. Pág 61-68).

La categoría *actividad* ha sido estudiada desde muy diversos ángulos: psicológicos, sociológicos y filosóficos, existiendo por tanto diversas definiciones:

M. Rosental; en su diccionario filosófico, plantea como *actividad psíquica* aquel

¹ Licenciada en Psicología. Profesor Asistente del Departamento de Medicina General Integral de la Facultad "Calixto García".

concepto que caracteriza a la función del sujeto en su proceso de interacción con el objeto; que se origina por la necesidad y se orienta hacia el objeto que da satisfacción a esta última, llevándose a cabo mediante un sistema de acciones.¹

A.N.Leontiev; uno de los psicólogos que más ha aportado al estudio de la *actividad*, la define como un determinado proceso real que consta de un conjunto de acciones y operaciones.²

Otros psicólogos como G.S. Balishev, consideran la *actividad* como la intervinculación de acciones contrapuestas que se presuponen mutuamente: objetivación y desobjetivación; mientras que G.B. Ananiev refiere que la *actividad humana* es el conjunto de determinadas formas típicas de *actividad* necesarias para la vida real de cada individuo, como el juego, el estudio y el trabajo, que desempeñan un papel rector en la ontogenia del hombre.³

Todos estos conceptos, aunque importantes, representen tan sólo un determinado corte de la *actividad humana* que no toma en cuenta la conjugación de cada uno de ellos con los demás, o sea, estamos en presencia de un enfoque estrictamente analítico que no nos permite descubrir la propia *actividad humana* como tal, la cual debe ser estudiada y analizada de manera sistémica para llegar a conocer su verdadera esencia.

La *actividad humana* constituye un fenómeno histórico que surge, cambia y se perfecciona en concordancia con el desarrollo de la sociedad, a la que se subordina y a la vez transforma constantemente. Existen 3 elementos fundamentales en la *Teoría de la Actividad*:

El sujeto: Dotado de activismo y dirigido a los objetos o a otro sujeto; puede considerarse como sujeto a un individuo concreto, a un grupo social y también a la sociedad en general.

El objeto: Es aquello hacia lo que va dirigido el activismo del sujeto o los sujetos, y puede considerarse como tal tanto un objeto específico natural, una institución social, otros hombres, e incluso al propio sujeto en caso que éste dirigiera su actividad hacia su propio yo, con el objetivo de lograr un autoconocimiento o autotransformación.

La propia actividad: Que se expresa de uno u otro modo en la apropiación del objeto por el sujeto, o en el establecimiento por el sujeto de una interrelación comunicativa con otras personas. Esta *actividad* se presenta en las formas más diversas, según sean los objetivos que persiga el sujeto: puede ser una *actividad* transformadora, que son aquellas que tienden al cambio real o imaginario de lo existente, y a la creación de algo real o imaginario que antes no existía. Puede estar dirigida a la naturaleza, la sociedad o el propio hombre.

Puede ser también una *actividad cognoscitiva* cuando se dirige al objeto, no para transformarlo, sino que reflejado por él, regresa en forma de conocimiento sobre el objeto y puede dirigirse también a la naturaleza, al hombre o a la sociedad.

Otro tipo de *actividad* es la valorativa que tiene un carácter espiritual, supone una forma específica del reflejo del objeto por parte del sujeto, y esta peculiaridad consiste en que no establece relaciones entre los objetos (0-0), sino entre el sujeto y el objeto (S-0); o sea nos da el valor, la significación e importancia de los objetos para el sujeto.

La propia *actividad*, con todas sus diversas formas es conocida también como *actividad vital*.

La *actividad vital* viene dada por aquellas actividades que pueden darse en una formación socio económica (FSE) dada, a partir de condiciones de vida propias del correspondiente modo de producción, y los tipos de actividad factibles para la perso-

nalidad, según sus capacidades, valores, gustos e inclinaciones.⁴

Esta categoría de *actividad vital*, que en el hombre conforma su ser social, está vinculada directamente con el Modo de Vida, que no es más que el conjunto de formas de actividad, conducta y comunicación, que enmarcadas en una FSE dada, le confiere al individuo su lugar en la estructura social.⁵

Este breve bosquejo de algunos de los principales aspectos de la Teoría de la Actividad, nos permitirá comprender mejor su estrecha vinculación con la salud, partiendo para esto de considerar la *actividad vital* del hombre como su modo de vida. El conocer los diferentes tipos de actividad, nos permitirá tener una visión más integral de la importancia de esta categoría para la intervención psicológica dirigida a la prevención de enfermedades, la promoción de la salud y la educación.

Desarrollo

En la actualidad hay un interés creciente en las tareas de tipo preventivo, abandonándose la actitud de estar centrado en el paciente para volcarse más a la comunidad. Esto hace que el trabajo del psicólogo clínico rebasa el contexto de la atención secundaria para priorizar el nivel de atención primaria, con el objetivo de elevar el nivel de salud de la comunidad, prevenir las enfermedades, y crear un nivel más alto de satisfacción en la población, así como también un desarrollo óptimo de la personalidad. (De la Torre C. Alonso A. Algunos problemas teóricos a considerar en la formación del psicólogo clínico. Selección de lecturas de diagnóstico clínico. Fac. de Psicología. Universidad de La Habana. 1990. Pág 3-12).

Para lograr este propósito consideramos que las líneas más importantes de trabajo deben ir dirigidas al desarrollo de modos de vida que promuevan estados saludables en la población; por tanto, trabajar sobre el modo de vida del hombre es uno de los retos más elevados con que se enfrenta el psicólogo en su empeño por lograr un adecuado estado de salud en la comunidad.

El modo de vida o *actividad vital* del hombre viene determinado por 2 elementos o subsistemas que son:

1. El subsistema de los factores determinantes o cuantitativos, que se estudian a través de las categorías *Condiciones de Vida* y *Nivel de Vida* y que se relaciona con la satisfacción de las necesidades materiales, comprendiendo elementos tales como el empleo los ingresos económicos, condiciones de vivienda y trabajo, educación, recreación, alimentación, saneamiento ambiental, etcétera.⁵
2. El subsistema de los factores funcionales o dinámicos, que comprende los tipos de *actividad vital* que pueden darse a partir de las condiciones de vida, su jerarquización y motivación, lo cual se estudia mediante la categoría *Estilo de Vida*, que expresa el grado de libertad social del sujeto y sus valores espirituales y culturales.⁵

El Modo de Vida presupone un modo de obrar, dado por el conjunto de actividades vitales que realizan el sujeto; y un modo de pensar, expresado en la escala de normas y valores que rigen su conducta.

La pertenencia a una clase social determinada, o el lugar que se ocupa en las relaciones de producción, hace que algunas personas tengan mejores niveles de salud que otras, o que estén más o menos

expuestas a las enfermedades; sin embargo, hay una notable influencia en este resultado de elementos tales como las actitudes, prejuicios, hábitos, normas y habilidades de cada uno, procesos de personalidad, el uso del tiempo libre, etcétera.⁶

Por esta razón es que ante iguales condiciones de vida, varios individuos o grupos sociales pueden presentar diferentes tipos de comportamiento o formas de actividad, sobre la base de motivos diferentes; todo lo cual establece diferenciaciones a nivel del sujeto en el modo de vida, así como también vemos que las circunstancias objetivas de la vida, hacen que los sujetos se comporten de una u otra manera.

Para traducir esto en términos más directamente relacionados con la salud, podríamos decir que en dependencia de sus Condiciones de Vida y de su Estilo de Vida, los hombres pueden asumir una conducta o actitud favorable o perjudicial a la salud. No pocas veces las personas actúan en contra de las circunstancias o de su propia salud, orientando sus actos por valores y expectativas firmemente enraizados en su personalidad.

La razón de este tipo de comportamiento tiene como base, precisamente la *actividad valorativa*, donde entra en juego el sentido personal, el significado que esto tenga para la personalidad, más que la propia significación objetiva entre los objetos.

Para ejemplificar esto podríamos decir que desde el punto de vista consciente el hombre conoce que fumar puede dañar su salud, o sea, puede conocer la significación objetiva del hecho; sin embargo, fuma. ¿Por qué? Pues porque su relación con este objeto, el cigarro, se da sobre la base de sus valores, de lo que significa para él fumar, de su experiencia personal, lo que le aporta, etc. Ello podría traducirse en: “yo fumo porque me gusta”, “me calma los nervios”, “es agradable”, “mis padres toda la vida

fumaron”, “realza mi personalidad”, etc. O sea, toda una serie de valores y motivos propios de cada personalidad.

Como con este ejemplo, puede suceder en las diferentes actividades vitales que realiza el hombre que tienen una relación directa con la salud, como podrían ser el trabajo, el empleo del tiempo libre, la alimentación, la higiene, la sanidad pública, la familia, la instrucción, etc. Es decir, con su Modo de Vida, el cual puede devenir, por tanto, favorable o desfavorable a la salud según cada sujeto.

En nuestra sociedad, donde la salud es un derecho inherente a todos los ciudadanos, y corresponde al estado garantizar los recursos necesarios para cubrir las demandas y necesidades que requiere la población, la atención primaria debe ir encaminada y debe tener como una de sus tareas fundamentales el lograr y promover en la población modos de vida saludables con el fin de evitar la aparición de enfermedades, e ir modificando aquéllos que son desfavorables a la salud.^{7,8}

¿Cómo lograr esto? Precisamente aquí el psicólogo, el médico y el personal de salud, constituyen *el sujeto* fundamental de la actividad, mientras que *el objeto* sería el hombre, la naturaleza y la sociedad; y sobre ellos necesita realizar todos los *tipos de actividad* que hemos mencionado con el objetivo de promover, prevenir y educar que son 3 de las tareas esenciales para garantizar un adecuado estado de salud.

Se deben utilizar *actividades transformadoras* sobre el hombre, para modificar sus condiciones físicas y de salud; así como su espiritualidad, conceptos y valores, que permitan un mejor enfrentamiento a las tareas relativas a la salud como la realización de ejercicios físicos, el cambio de hábitos alimentarios inadecuados, la abstención de hábitos tóxicos, la utilización del tiempo libre, etcétera.

Es muy importante también para el logro de modos de vida saludables, la realización de *actividades cognoscitivas* para que la población incremente sus conocimientos sobre aquellos factores que favorecen o perjudican a la salud. Esto se realiza fundamentalmente mediante la educación para la salud.

La población en general y el individuo en particular deben conocer la importancia de una alimentación adecuada, de los hábitos de higiene, de las formas de prevenir los accidentes y las enfermedades; pero el hecho de que las personas conocen los peligros que las amenazan con relación a la salud y cómo evitarlos no basta para que adopten un estilo de vida más sano; por tanto hay que trabajar también con la *actividad valorativa* comprometiendo a los sujetos con estas acciones de salud, modificando sus valores y motivaciones, lo cual consideramos desde nuestro punto de vista como el trabajo más arduo y donde más debe trabajar el psicólogo y el Médico de la Familia.

Es imprescindible en la atención primaria la realización de actividades valorativas con cada individuo y con los grupos sociales que conforman la comunidad.

Trasladando estas impresiones a un ejemplo concreto, vemos que se puede utilizar la actividad cognoscitiva (educación para la salud) para instruir a un paciente obeso sobre su enfermedad, el tipo de dieta que debe realizar, los beneficios del ejercicio físico, etc.; pero si no se trabaja con la actividad valorativa, dándole un sentido personal a estas tareas, logrando modificar la significación que éstas tienen para él, no logrará que el sujeto las realice, ya que él sólo las asumirá cuando éstas se vinculen a sus necesidades y valores, que pueden ser muy diversos e ir desde relacionar la obesidad con la posibilidad de muerte, has-

ta basarse sólo en valores estéticos, o en la necesidad del mejoramiento de las relaciones de pareja.

Una mujer obesa puede lograr más la realización de una dieta hipocalórica apoyándose en sus necesidades y valores estéticos, que si se apoya en sus necesidades de salud; también podría darse de manera totalmente contraria que una persona obesa, para quien no tienen significación especial los valores estéticos, comience un régimen para bajar de peso, después de un infarto que puso seriamente en peligro su vida.

Todas estas actividades que debe realizar el psicólogo, el médico y el sistema de salud, se realizan sobre la base de la *actividad comunicativa*, pues esta es una condición indispensable para poder dirigir la actividad transformadora, cognoscitiva y valorativa hacia el hombre como principal objeto de la actividad.

La comunicación con el paciente es el arma principal para lograr una modificación en su modo de vida y es lo que permite el logro, no sólo de la prevención de enfermedades, sino también una adecuada promoción de salud en la comunidad.

Conclusiones

La categoría *actividad* una vez más nos demuestra su importancia dentro de la ciencia psicológica, y muy lejos de considerarla como algo abstracto, totalmente teórico o como un término dentro de una teoría general, debemos verla como algo práctico y sumamente útil que nos permite comprender el por qué de muchas actitudes y conductas desfavorables para la salud que las personas adoptan de manera consciente, no obstante tener un conocimiento del daño que éstas puedan provocarles.

El análisis de la actividad, sus componentes esenciales y sus formas típicas también nos aportan una guía para dirigir las acciones de salud, que como psicólo-

gos vinculados a la atención primaria, podemos y debemos realizar en aras de lograr el desarrollo armónico y saludable de los individuos.

SUMMARY: In the present work an analysis of the category *activity* is carried out, a category whose great importance makes it to be considered as one of the key categories within psychological science. This category which has been studied with different approaches (psychologic, philosophic and sociologic), is viewed in this work from a practical perspective, being linked directly to health condition and primary care. In our approach we relate the *activity*, its essential components, and its forms of manifestation to the life style of man, which is very closely related to health condition, as well as to the role played by the community, using this aspect as directing element for our work in disease prevention and health promotion.

Subject heading: **PRIMARY HEALTH CARE; QUALITY OF LIFE; HEALTH STATUS; HUMAN ACTIVITIES.**

Referencias bibliograficas

1. Rosental M, Ludin P. Diccionario filosófico. La Habana: Editora Política, 1981:4-5.
2. Leontiev AN. Actividad conciencia y personalidad. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1991:10-40.
3. Colectivo de autores. Temas sobre la actividad y la comunicación. La Habana: Editorial Ciencias Sociales, 1989:112-58.
4. Kontantinov F. Fundamentos de la filosofía marxista-leninista. La Habana: Editorial Ciencias Sociales, 1980:74-86.
5. García QR. Necesidades humanas, nivel de vida, calidad y modo de vida. La Habana: Universidad. Centro de estudios demográficos. 1985:75-107.
6. Morales F. La promoción de salud como problema de la psicología en la atención primaria. Rev Cubana Med Gen Integr 1991;7(4):362-70.
7. Rigol Ricardo O. Medicina General Integral. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1990;t1:178-88.
8. _____. Medicina General Integral. La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1990; t 2:7-22.

Recibido: 17 de septiembre de 1999. Aprobado: 2 de noviembre de 1999.

Lic. *Patricia M. Herrera Santf.* Edificio 685, apto 24. Zona 19. Alamar, Habana del Este, Ciudad de La Habana, Cuba.