

**TRANSICIÓN A ESTILOS DE VIDA
SUSTENTABLE Y SALUDABLE UN
DESAFÍO URGENTE PARA LOS
PROFESIONALES DE
CIENCIAS DE LA SALUD**

Verci Oropeza

<https://orcid.org/0000-0001-7317-5109>

RESUMEN

Las Naciones Unidas, han insistido en diferentes eventos realizados a nivel mundial acerca de la necesidad de adquirir o adoptar el paradigma del desarrollo sustentable integrando con similar nivel de importancia los pilares social, ambiental y económico del mismo. Por ello insisten en resaltar la trascendencia de éste en diferentes tratados, a fin de poder establecer a nivel regional y local, en primer término, la adopción de hábitos o nivel de vida saludable, correspondientes con costumbres, actitudes, formas de comportamiento y que sean asumidos durante la vida diaria que a su vez sean mantenidos en el tiempo, orientadas hacia el bienestar, la salud y la nutrición, según refleja la UNICEF (2015). Entre los elementos requeridos a fin de lograr su adquisición, destacan el poder contar con una alimentación adecuada, actividad física regular, horas suficientes apropiadas para descansar, abstinencia o consumo moderado de alcohol, tabaco o de cualquier tipo de droga, además de una relativa capacidad de hacer frente a situaciones estresantes y resiliencia ante los cambios. En el presente ensayo se efectúa una exploración de la producción científica con objeto de identificar claves que determinan cómo los profesionales formadores o en proceso de formación en las áreas de ciencias de la salud, puedan alcanzar una efectiva transición hacia estilos de vida sustentable, saludables. Con el propósito de lograr esta finalidad, se hizo un arqueo referido a fuentes de investigaciones previas, extraídas en base a datos provenientes de organizaciones dedicadas al tema referencial, además de la experiencia de quién investiga, como personal activo de la organización. Éste artículo, será por demás una construcción eminentemente descriptiva y normativa, según lo planteado por Morgenstern, (citado en Morles, 1986), al centrarse en enumerar características, relaciones componentes y conformantes del objeto de estudio.

PALABRAS CLAVE:

estilos de vida
sustentable y
saludable, desafío
urgente,
profesionales de
ciencias de la salud

**TRANSITION TO SUSTAINABLE AND HEALTHY LIFESTYLES.
AN URGENT CHALLENGE FOR SCIENCE
PROFESSIONALS HEALTH**

Verci Oropeza

<https://orcid.org/0000-0001-7317-5109>

ABSTRACT

The United Nations has insisted in different events held worldwide, on the need to acquire or adopt the paradigm of sustainable development, integrating with a similar level of importance, the social, environmental and economic pillars of development. For this reason, they insist on highlighting the importance of this in different treaties, in order to be able to establish at the regional and local level, in the first place, the adoption of habits or a healthy level of life, corresponding to customs, attitudes, forms of behavior that are assumed during daily life that in turn are maintained over time, oriented towards well-being, health and nutrition, as reflected by UNICEF (2015). Among the elements required in order to achieve its acquisition, it is worth mentioning being able to count on an adequate diet, regular physical activity, sufficient appropriate hours to rest, abstinence or moderate consumption of alcohol, tobacco or any type of drug, in addition to a relative capacity coping with stressful situations and resilience in the face of change. In this essay, an exploration of scientific production is carried out in order to identify keys that determine how training professionals or those in the process of training in the areas of health sciences can achieve an effective transition towards sustainable, healthy lifestyles. With the purpose of achieving this goal, a check was made referring to previous research sources, extracted based on data from organizations dedicated to the referential topic, in addition to the experience of the person who investigates, as active personnel of the organization. It will be, moreover, an eminently descriptive and normative construction, as proposed by Morgenstern, (cited in Morles, 1986), by focusing on enumerating characteristics, component relationships, and constituents of the object of study.

Key words: sustainable and healthy lifestyles, urgent challenge, health sciences professionals.

INTRODUCCIÓN

El desarrollo sustentable enunciado estratégicamente presentado por primera vez en el conocido Informe Brundtland titulado “Nuestro futuro común” (ONU, 1987), condensa las necesarias propuestas de revisión del crecimiento económico, la equidad intra e intergeneracional, más el cuidado del medio ambiente en beneficio del ser humano. Al respecto, Gutiérrez y Picazzo (2009), expresan la existencia de un naciente amplio marco conceptual, ahora reorientado hacia lo social, ambiental: “surge una nueva visión del mundo que definitivamente desplaza la atención puesta hasta ese entonces, en el crecimiento y la productividad, como centro del quehacer en la sociedad” (p. 26), nos enrumbamos, a partir de ello, hacia una noción del desarrollo, sus destinatarios y el medio ambiente.

Lo cual realza, en el marco de este contexto, las concepciones de saludable o salud como aptitud y pieza constitutivas para un desarrollo humano, que desde la década anterior se venía perfilando (Sen, 1999, 2000),

enfocando los temas de salud a modo de: “una función principal entre calidad de vida y libertad, para tratar de desplegar las capacidades de las personas, ser parte constitutiva (...) e integrante de un buen desarrollo” (p. 8). En atención a ello, se requiere ir brindando las condiciones institucionales, sociales para que la sociedad cuente con esta oportunidad, a su vez, es ésta una de las condiciones necesarias que permitirán avanzar hacia la sustentabilidad requerida.

Se desprende así, de los postulados anteriores, la importancia del despliegue de las capacidades humanas en aras de poder disfrutar un mejor nivel de calidad de vida; en ese contexto, juega función principal entre dicha calidad o la capacidad de lograrla, la educación; la cual es también pieza clave en esto, aunado a la promoción de bienestar social, y económico en la población, de lo que se deriva la responsabilidad de la universidad con su entorno social, por ende se deben tomar en consideración los efectos, repercusiones o expectativas que la

actividad universitaria genera hacia sus propios miembros docentes, empleados administrativos, obreros, estudiantes, es decir, hacia la comunidad toda, dando respuestas oportunas a los desafíos del presente.

En ese sentido, se puede expresar que aun cuando el uso del término “estilo de vida” comienza a utilizarse desde los inicios del siglo XX, especialmente en psicología, por Jung en 1912, al estudiar la personalidad del individuo, él expresaba: “el estilo de vida es individual propio de uno” (Nawas, 2001, p. 93). Esta idea se complementa con la teoría de la personalidad de Adler, definida como: “la unicidad del individuo, la unidad de su personalidad, su forma característica de comportamiento, la intencionalidad de sus esfuerzos y su lucha creativa por superar las inferioridades personales y los impedimentos del ambiente” (Nawas, Ob. Cit, p. 94).

Así mismo, la Organización Mundial de la Salud (OMS), definió en la primera Conferencia Internacional sobre la Promoción de la Salud

reunida en Ottawa, el estilo de vida como: “una forma general de vida basada en la interacción entre las condiciones de vida en un sentido amplio y los patrones individuales de conducta determinados por factores socioculturales o características personales” (Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud, OMS, 1986, p.118). Estos patrones de conducta son desarrollados por el individuo durante sus procesos de socialización, formación, iniciados por lo general en casa, con los padres, hermanos, escuela, fortalecidos o transformados con la formación profesional universitaria, trabajo, medios de comunicación, entre otros.

De esta manera podemos señalar, en atención a lo anteriormente referido que, la forma en la cual un individuo lleva su manera de vivir, afecta a su entorno; Celis y Vargas, (2004), definen estilo de vida como: “la manera particular en que cada individuo se relaciona consigo mismo y con su medio ambiente” (p. 108). Con lo cual se percibe desde hace tiempo, basado en las mencionadas definiciones, la

referencia hecha al conjunto de comportamientos o actitudes cotidianas realizadas por las personas, para mantener nuestro cuerpo y mente de una manera adecuada, pero atendiendo siempre a la preservación del medio ambiente.

De igual modo, la mencionada Organización Mundial de la Salud, expresa en sus tratados, que el estilo de vida es la base de la calidad de ella, relacionado con los patrones de consumo del individuo en su alimentación, conjuntamente con el desarrollo o no de actividad física, los riesgos del ocio, pero en especial al consumo de alcohol, tabaco, drogas, aunado a otras actividades relacionadas con su riesgo ocupacional. Con lo cual se hace referencia en este artículo al estudio de los modos o patrones de comportamiento saludables (Piteres, Cabarcas & Hernandez, 2.017), al igual que los medios utilizados en el proceso de resolver los problemas derivados de ello, los cuales son dependientes en muchos casos de las condiciones vitales del individuo en su entorno.

Al respecto, presento este ensayo de género literario científico, de tipo argumentativo, según la intención comunicativa presentada, producto de una construcción eminentemente descriptiva, normativa, según lo planteado por Morgenstern, (citado en Morles, 1986), centrada en: “enumerar las características, componentes y relaciones que integran el objeto en estudio”. Así como a: “dar orientaciones sobre el deber ser de un objeto o institución”. (p.7), para realizar, un proceso discursivo, laxo, según la clasificación elaborada por Morles (Ob. Cit.).

Este trabajo presentado es propio de fenómenos complejos, basado en referencias investigativas realizadas en otros contextos, así como en fundamentos epistemológicos que sostienen la tesis de que los estilos de vida sustentables generan bienestar a las personas que adoptan tales acciones y prácticas de forma sostenible, al igual que quienes se proponen una efectiva transición hacia esos estilos saludables, como desafío urgente para la humanidad,

pero esencialmente para los profesionales del decanato de áreas de las ciencias de salud de la Universidad Centroccidental: "Lisandro Alvarado", llamados como estamos a liderar acciones junto a otros profesionales, en razón a la transdisciplinariedad y a la formación de equipos de trabajo, para enfrentar la mayoría de los problemas de ciencias sociales y humanas del presente.

En ese sentido, el propósito del producto de este ensayo, será servir de aporte para sentar las bases destinadas a adoptar acciones y prácticas sostenibles en el referido decanato, en pro de cuidar tanto el medio ambiente como elemento generador de bienestar o felicidad, además de reflexionar con argumentos firmes la necesidad de plantearnos a futuro, estrategias sostenibles para el mantenimiento de dicha Universidad como un sistema holístico, interdependiente, dados los aspectos sociales, económicos, ambientales e institucionales involucrados, para este proceso, que logren a la larga mejorar o elevar la

calidad de vida de quienes a diario convivimos en ella.

Para lo cual es preciso detallar que las necesidades humanas fundamentales son las mismas en todas las culturas y en todos los períodos históricos, sólo cambia, a través del tiempo y de las culturas, el modo o los medios utilizados para la satisfacción de las mismas, razón por la cual no debemos expresarlas únicamente como carencias, dado que implicaría restringir su espectro a lo puramente fisiológico, es decir a la sensación de "falta de algo", (Max - Neef, Elizalde, y Hopenhayn, 1986). No obstante, en la medida en que éstas comprometan, motiven y movilicen a las personas, son también potencialidad e incluso pueden llegar a ser recursos.

En este sentido, la comunidad científica, especialmente en las últimas décadas, ha prestado especial atención a las vías que se pueden implementar para promover los estilos de vida saludable, al considerarlos claves, para la prevención de las enfermedades en todos los periodos vitales de la humanidad,

particularmente de las relacionadas directamente con conductas negativas que afectan la salud y se convierten en causa de muerte en el mundo, además de ser dependientes del comportamiento y de la actitud de las personas en su vida cotidiana, pues la salud depende en gran parte de la alimentación, pero también del estilo de vida adoptado, razón por la cual el principal decanato de ciencias de la salud de la región, debe permanecer a la vanguardia, en la búsqueda de soluciones que vayan en esta dirección.

DESARROLLO TEÓRICO

En atención a lo imperativo de buscar alternativas que promuevan reflexión y cambios en las actitudes generadoras de cultura saludable, desde el ámbito universitario, Paéz (2012), refiere que esto no sólo depende de las personas, sino también de las decisiones estratégicas adoptadas por rectores, directivos o gerentes de las universidades, debido a que deben fomentarse prácticas desde el nivel principal que

posteriormente se reflejen en los contextos de pertenencia y convivencia de todos los universitarios, con lo cual se demuestra la relevancia de las intervenciones en los centros educativos superiores en el contexto de hábitos de vida saludable para sus estudiantes y toda la comunidad en esencia.

En ese sentido, los estudios de calidad de vida actuales, permiten buscar información con metodologías y técnicas adecuadas, acerca de cómo estructurar las condiciones de vida en la sociedad, instituciones, familia e incluso en el individuo, junto a las consecuencias que se puedan producir en la salud y el bienestar de las personas, entendiendo la primera no sólo como un derecho individual, sino también colectivo, tomando relevancia la familia, el entorno, el lugar donde desarrollamos nuestro trabajo, las condiciones laborales, diferencias sociales, el estrés, la educación sanitaria recibida, alimentación, el ocio, los espacios verdes, el transporte, entorno físico y ambiental; pues todos estos aspectos

están directamente relacionados en mayor o menor medida con nuestra salud.

De tal forma, se concibe como un estilo de vida saludable, al formado por un conjunto de factores que deben funcionar de forma armoniosa y completa, entre los más influyentes en un estilo de vida saludable destacan, como se señaló previamente: los hábitos alimentarios, la actividad física, los hábitos higiénicos, el consumo de tabaco, alcohol y otras drogas y los comportamientos sexuales. Al respecto debemos entenderlos como promoción de la salud y estrategias básicas para la adquisición y desarrollo de aptitudes o habilidades personales, que conlleven a cambios de comportamiento relacionados con la salud y fomento de estilos de vida saludables.

Cobra así vigencia el rol que le corresponde al decanato de ciencias de la salud de la principal casa de estudios universitarios en esta materia, a nivel regional, en realizar una permanente promoción de la salud, definida como: “oportunidades de aprendizaje creadas

conscientemente que suponen una forma de comunicación destinada a mejorar la alfabetización sanitaria”, (Páez., Ob., cit: 43), incluida la mejora del conocimiento de la población en relación con salud y desarrollo de habilidades personales que conduzcan a la anhelada sustentabilidad individual y comunitaria.

En el informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019), sobre ésta en el mundo hace referencia a La Agenda 2030, para el Desarrollo Sostenible, en el cual considera a la salud, como vital para el futuro de nuestro mundo, al respecto refiere la necesidad de mantener el compromiso de alcanzar el Objetivo 3, que es un llamamiento a todas las partes interesadas para “garantizar una vida sana y promover el bienestar de todos a todas las edades”. En ese sentido dicha Organización, como agencia especializada del sistema de las Naciones Unidas, dirige y coordina acciones al respecto a nivel mundial, ayudando a los países, en la medida de lo posible, a alcanzar estos

objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), relacionados con ella.

Así durante el período que abarca el informe, se señala que la OMS pudo responder con éxito a emergencias humanitarias, así como de salud pública, ayudando a los países a mejorar su capacidad nacional de preparación, que es clave para la eficacia de la respuesta. No obstante, la promoción de la salud abarca tanto acciones dirigidas directamente a aumentar las habilidades y capacidades de las personas, como las dirigidas a modificar las condiciones sociales, ambientales y económicas que tienen impacto en los determinantes de la misma.

De ahí la necesidad de existencia de un proceso de capacitación, empowerment o empoderamiento de las personas y comunidades, como las del referido decanato, bien sea porque laboramos o nos formamos allí, para lo cual se requiere determinar la posibilidad de una intervención, destinada a la promoción de estilos saludables, como los referidos al proceso de

atención integral, definido por asistencia primaria y especializada, la prevención primaria, secundaria y terciaria, la adaptación social a un problema crónico, como: rehabilitación, cuidados, integración y finalmente la promoción de la salud, referida a la implicación de todos los individuos en el desarrollo y disfrute de la misma.

De hecho la educación para la salud como una herramienta para la adaptación social, la asistencia, prevención y promoción de estilos sustentables en esta materia, debe incluir oportunidades de aprendizaje encaminadas a mejorar tanto la alfabetización sanitaria, como el desarrollo de habilidades personales destinadas a obtener mejoras en ella, al ser un proceso educativo cuya finalidad sea hacer partícipes a todos, así como a responsabilizar a los ciudadanos de la salud propia y colectiva, de ahí que su promoción sea una labor multidisciplinar que implica a distintos actores dentro del ámbito sanitario, social y de la educación.

Se requiere partir para el logro del propósito antes planteado, de la adopción de una visión de sustentabilidad, cómo término integrador de los componentes y habitantes del planeta. Para ello se busca mantener un equilibrio natural, el cual se ha perdido con la intervención del hombre; concibiéndose, a sí mismo como un sistema complejo, donde los diferentes subsistemas que lo conforman lo afectan directa e indirectamente. Será por ende el marco conceptual, a fin de analizar diferentes perspectivas de cada uno de los conceptos principales: modos de vivir, sustentabilidad, formación de profesionales en las áreas de ciencias de la salud, y de esta manera, llegar a la concepción de: “estilo de vida sustentable y saludable”, planteamiento a abordar en este ensayo realizado, enfocado en un estilo heurístico.

Se parte así, de la necesidad de establecer una relación de beneficio recíproco entre los actores involucrados, especialmente de quienes laboramos en las áreas de las

ciencias de la salud, llamados como estamos a responder oportuna y urgentemente a los problemas del presente, de los cuales se ha venido hablando desde décadas pasadas, sin logro efectivo de soluciones concretas, favorecedoras de poder tener vida duradera, saludable, según se plantea entre los elementos fundamentales del desarrollo humano, al cual toda sociedad moderna, democrática debe aspirar o considerar. Abocándose a formar a la sociedad, en temas de salud, vida saludable, derecho universal, para lo cual debe aceptarse la necesidad urgente de educación en dichos temas, e ir hacia la dirección de la sustentabilidad y los objetivos del milenio.

Inclusive, a partir de la definición de desarrollo Sustentable planteado en la Organización de las Naciones Unidas (Ob. Cit), como: “aquel que satisface las necesidades del presente sin comprometer la capacidad de las generaciones futuras para satisfacer sus propias necesidades” (p. 57). Se parte de la definición anterior, para acoger esta propuesta desde sus

inicios, indispensable para la constitución de una plataforma fundamental en la cual se despliegan las libertades constitutivas e instrumentales del ser humano, potenciadoras a su vez de un nuevo tipo de desarrollo, basado en lo sostenible.

Es decir, se debe hacer un esfuerzo integral e integrador, desde todas las áreas formativas de los profesionales, para afianzar la visión de formar en la convicción de una conciencia reflexiva, que permita lograr calidad de vida personal, vinculada al cuidado y protección del ambiente, además de la búsqueda de hábitos de vida saludable sostenibles, ante lo cual el decanato de ciencias de la salud debe encabezar acciones y pautas al respecto. En muchas partes del mundo es casi imperceptible esa acción en los espacios educativos, como la decisión de asumir desde lo formativo, lo sustentable, dando pie a argumentar que los profesionales de todas las áreas deben egresar con una conciencia reflexiva, actitudinal en relación con la vida saludable, sustentable.

Se puede inferir, que son principalmente las organizaciones formadoras de profesionales las llamadas en primer plano, no sólo a establecer un compromiso altruista, con las generaciones en formación, sino también a instaurar la responsabilidad de garantizar el cumplimiento de los Objetivos del Desarrollo Sustentable, al menos a nivel local e institucional, (ODS-ONU), los cuales fueron ratificados en 2019, enfocados desde erradicar el hambre y la pobreza, cuidar el planeta, conservar al ambiente, hasta garantizar una mejor calidad de vida para todos los seres vivos.

Desde esta perspectiva, la necesaria sustentabilidad u adopción de estilos de vida saludables podrá adquirir importancia relevante, en tanto constructo socio-histórico, direccionado a mejorar la calidad vital de las personas, la preservación del planeta; reivindicando las aspiraciones de la sociedad contemporánea postmoderna, si se comienza por garantizar en primera instancia a las personas, hábitos de alimentación sana, balanceada, lo

cual es un tema sensible en un país y región como la nuestra, en dónde persisten condiciones alimentarias de mal nutrición moderada o severa, los cuales demuestran hábitos mal adquiridos en la materia, en casos concretos, bien puntuales.

Al respecto Nabarro (2019), señala que gran parte de la población mundial está mal alimentada, aparte de ello: “muchos sistemas y procesos ambientales son empujados más allá de fronteras seguras, por la producción de alimentos, para lo cual se requiere de forma urgente que exista una transformación global del sistema alimentario.” (p. 3). En consecuencia, dichos sistemas deberían idealmente permitir a todos los seres humanos el poder adquirir dietas saludables, formadas por alimentos producidos de manera sostenible, a los cuales todas las personas podamos acceder al poderlos pagar por igual.

En contraste, señalan los autores que en la región viven doscientos cuatro (204) millones de personas en condición de inseguridad alimentaria, uno (01) de cada cuatro (04) adultos

padece obesidad, siendo lo más probable que con la pandemia se lograran agravar estos indicadores de la denominada malnutrición, pues la falta de empleo o ingresos más la disrupción de programas claves, como: “la alimentación escolar, (PAE, en Venezuela) empujaron a millones, hacia alimentos más baratos, menos nutritivos, o, hacia una condición en la cual no puedan satisfacer plenamente sus necesidades alimentarias”. (Graziano, Jales, Rapallo, Díaz-Bonilla, Girardi, Del Grossi, Luiselli, Sotomayor, Rodríguez, Wander, Rodríguez, Zuluaga & Pérez, 2021: 33).

Al respecto, puedo señalar, en base a la experiencia de la praxis docente realizada en el referido decanato, aunado a las investigaciones previas referenciales, empleadas como sustrato de éste trabajo, que al hacer mención al término educar para la sustentabilidad, necesitamos hacer una transición hacia estilos de vida saludables, lo cual es imperativo, además de urgente, al plantearnos, la posibilidad de experimentar a su vez,

desde la labor formativa profesional, la adquisición y formación en hábitos de vida saludables, con objeto de cubrir, en primer lugar los conocimientos o prácticas en necesidades alimentarias a partir de una visión sostenible, cohesionada al ser humano.

En el contexto de la praxis destinada a promover hábitos saludables en la labor docente de las áreas de Ciencias de la Salud de la UCLA, previamente mencionado, necesitamos poder develar elementos de sustentabilidad en dicha organización formativa de los profesionales de éste sector, verificando además que disponemos de los recursos necesarios para darle persistencia al proceso de sustentabilidad medioambiental, social, cultural, cuyas categorías relevantes son, entre otros: tecnología utilizada, formación profesoral, adiestramiento. (Smith, 2017).

Pero requiere dicha labor, del empleo de elementos intangibles como valores, motivación, más la propia cultura del sujeto potenciadora de las directrices organizacionales, relacionadas con políticas internas de

la organización, lo cual permitirá concluir que la actividad cotidiana realizada por los docentes, en tanto tarea de transformación de patrones vitales, permitirá contribuir además a la sustentabilidad económica, ambiental pues ayudará a transformar los índices de afectación al medio ambiente, factor clave.

De ahí lo útil de lograr la incorporación de los elementos de lo sustentable, en la práctica pedagógica, desde el nivel gerencial, lo cual permitirá brindar beneficios directos a la organización, las personas, la comunidad, motivando al trabajador en la necesidad de adquirir una formación necesaria, de acuerdo a los objetivos planificados, en función del cuidado del ambiente, conforme a los ideales personales, atendiendo a los valores organizacionales practicados por los líderes gerenciales, junto al resto de trabajadores, fortaleciendo así, la visión de todos los miembros, permitiendo mayor libertad al momento de llevar a cabo la práctica docente cotidiana.

En esa dirección, deberá ir la transición práctica solicitada, enfocada a lograr desarrollar patrones saludables sustentables, orientados desde la gerencia institucional a la conservación no sólo de recursos como agua, aire, capacidad, en cuanto a infraestructuras, sino hacia la generación de recursos, con el propósito de planificar dicha gestión gerencial o docente, en dirección a poder lograr estos objetivos, mediante procesos recursivos, que de acuerdo a Marcano (2018), ayudarán a mantener la calidad y el compromiso de todos los integrantes.

Las escuelas del área sanitaria, son fundamentales para el desarrollo de hábitos de vida saludables y la realización de programas de prevención, al reconocer que son las más indicadas para promover o consolidar habilidades en todas las áreas en referencia, permitiendo el desarrollo y reafirmación de hábitos de alimentación saludables, así como otras estrategias que permitan al colectivo poder alcanzar una excelente calidad de vida y así garanticen estilos sustentables,

saludables, que contribuyan a mejorar conductas relacionadas con la salud de manera holística.

CONCLUSIONES

Desde lo anteriormente referido, en este ensayo se ha tratado de sentar las bases para focalizar o concienciar al profesor en su rol de docente mediador, para que a su vez pueda crear conciencia reflexiva entre los integrantes de la comunidad en formación, acerca de la importancia de respetar el entorno, no solo en bienestar de cada uno de ellos, sino desde la convivencia con los demás seres vivos. Igualmente, sumando desde nuestras propias convicciones las de los otros quienes nos rodean, en el entendimiento que somos los únicos seres vivos capaces de tener una actitud de protección u armonía con el medio ambiente, por ende somos los seres humanos, los llamados a evitar el mal uso de esos recursos.

Justificamos la necesaria existencia de una planificación continua de objetivos estratégicos

ambientales, como una responsabilidad de la gerencia, pero también de cada docente y trabajador del área, que permita el logro u adquisición de patrones vitales centrados en desarrollo sustentable, vida saludable, orientados al desarrollo de profesionales centrados a éste logro, lo que debería ser un “sistema de redes”, como refiere Méndez (2019: 99), en donde deberían participar, no sólo los trabajadores del decanato, sino los de todas las organizaciones dedicadas a la formación del nuevo ciudadano.

En ese entendido, el proceso de formación de los profesionales en las áreas de ciencias de la salud, deberá corresponder a una formación valorativa de dichos futuros profesionales; que se fomente en todo este trayecto formativo, su relación con el ambiente, la adquisición o práctica de estilos de vida saludables, direccionados al logro de sustentabilidad. De ahí la necesidad de establecer una sólida formación tanto teórica como práctica, ética, socialmente responsable, a fin de permitir a éstos futuros profesionales

del área, ingresar al mercado laboral con los conocimientos, habilidades más valores éticos con objeto de crear, organizar o dirigir proyectos socialmente responsables que coadyuven al entorno humano, en ideas más actuación sobre el ambiente, su cuidado y protección.

Sin embargo, la realidad educativa del docente formador dista mucho de esa postura anterior, pues es común ver cómo quedan desapartados los momentos formativos de los compartidos a la hora del descanso o de intercambios culturales e institucionales, donde no se refleja la visión de un estilo de vida saludable, sostenible, cuando no hay puestas en práctica condiciones, que desde los mismos docentes en la jornada laboral orienten entre otros, el consumo de alimentos más orgánicos, bebidas naturales, mayor actividad física y deportiva, como forma de compartir con otros docentes, momentos de relajación dirigidos con sus estudiantes, resolución de problemas que promuevan concienciación ambiental.

Se requiere trabajar en la reducción del uso de materiales contaminantes, como parte de las actividades pedagógicas, aportando al cuidado voluntario sobre los distintos espacios compartidos en la institución. Puede revelarse, a partir de los argumentos expuestos, que es urgente realizar una efectiva transición hacia estilos sustentables, saludables, promotores de cambios sustantivos, reales que nos lleven a todos, a comprometemos en llevar a cabo actividades concretas destinadas a adoptar medidas en todos los niveles, a fin de intensificar la cooperación institucional, teniendo en cuenta los compromisos, responsabilidades comunes que compartimos como seres humanos, profesionales en áreas de ciencias de la salud, claves en la concreción de los logros u aspiraciones locales, nacionales o planetarias según el alcance que se aspire lograr.

Por otra parte, quiero resaltar que como sociedad actual tenemos muchos retos a enfrentar y vencer, uno de ellos es mejorar la salud pública, lo cual pudiera lograrse a

través de la promoción de estilos de vida saludables desde las etapas formativas de la vida humana, con un enfoque sustentable para romper barreras y afrontar los índices de desarrollo sostenible planteados como objetivos del milenio, que permitan además el logro de una sociedad saludable, productiva, que avanza en pro del desarrollo social, económico y sustentable para una mejor sociedad futura.

REFERENCIAS

- Celis, R. y Vargas, C. (2004). **“Estilo de Vida y Conductas de Riesgo”** en Revista Electrónica Sinética, núm. 25, agosto-enero, pp. 108-113. Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de occidente. Jalisco, México.
- Graziano da Silva, J., Jales, M., Rapallo, R., Díaz-Bonilla, E., Girardi, G., del Grossi, M., Luiselli, C., Sotomayor, O., Rodríguez, A., Rodríguez, M., Wander, P., Rodríguez, M., Zuluaga, J., Pérez, D. (2021). **Sistemas Alimentarios en América Latina y el Caribe - Desafíos en un Escenario Pospandemia**. Panamá: FAO y CIDES.
<https://doi.org/10.4060/cb5441es>.

- Gutiérrez, E. y E. Picazzo (2009). **“La Teoría del Desarrollo Humano y la Propuesta del Trabajo Docente de la Organización Internacional del Trabajo (OIT)”**, en Maldonado y Ruíz (comps.) *Capital Humano del Siglo XXI: condiciones y estrategias para su desarrollo*. México, UANL/Tendencias Científicas.
- Marcano, J. (2018). **La Gerencia en la Transformación de la Educación Tecnológica Universitaria Venezolana, desde la Complejidad**. (Tesis doctoral). Universidad de Carabobo, Valencia, Venezuela. Recuperado de <http://mriuc.bc.uc.edu.ve/bitstream/handle/123456789/7583/jmarcano.pdf?sequence=1>.
- Max -Neef, M., Elizalde, A. y Hopenhayn, M., (1986). **Desarrollo a Escala Humana. Una opción para el futuro**. Cepaur, Fundación Dag Hammarskjold: Santiago de Chile.
- Méndez, C. (2020). **“Gestión del Capital Humano para el Desarrollo Sustentable en la Gerencia en el Sector Hotelero de Valencia –Venezuela”**. *Revista Estudios Gerenciales y de las Organizaciones*. Volumen 4, Número 7. Enero-Junio. 4(7), 91-104. ISSN: 1317-3337.
- Morles, V., (1998). **Sobre la Construcción de Teorías: O Hacer Ciencia es Algo Más que Investigar**. Centro de Estudios e Investigaciones sobre Educación Avanzada (CEISEA), Coordinación Central de Estudios de Postgrado Universidad Central de Venezuela Caracas-Venezuela. *Tribuna del Investigador*. (Vol. 5, N° 2). Disponible en: <http://www.tribunadelinvestigador.com/ediciones/1998/2/i=art3>.
- Nabarro, D. (2019). **The Food Systems Dialogues: Emerging Themes 2018 –19**. V4: 11 December 2019 (disponible en: http://foodsystemsdialogues.org/wp-content/uploads/2020/04/191218_Red-Thread-themes-synthesis.pdf). Acceso: 15 de septiembre, 2021.
- Nawas M. M. (2001). **“El Estilo de Vida”** en *Revista Latinoamericana de psicología*. Vol. 6, núm. 12 pp. 91-107. Indiana State University.
- Organización Mundial de la Salud (OMS, 1986). **Carta de Ottawa para Promoción de la Salud**. Disponible en: <http://www.paho.org/Spanish/AD/SD/HS/OttawaCharterSp.pdf>.
- Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019). **Informe de la salud en el mundo 2019. Resumen de orientación**. Disponible en virtud de la licencia 3.0 OIG Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual de Creative Commons. CC BY-NC-SA 3.0 IGO; <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/igo>.
- Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2019). **La ONUDI y la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. Conferencia General 18º Período de Sesiones Abu**

Dabi, 3 a 7 de noviembre de 2019. Tema 15 del programa provisional La ONUDI y la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible.

Paéz, M. (2012). **Universidades Saludables: Los Jóvenes y la Salud**. Archivos de Medicina, 12(2), 205-220.

Piteres, R., Cabarcas, M., & Hernandez, H. (2017). **El Recurso Humano Factor de Competitividad en el Sector Salud**. Investigación E Innovación En Ingenierías, 6(1), 93-101. <https://doi.org/10.17081/invinno.6.1.2778>

Sen, A. (1999). “**La Salud en el Desarrollo**”, Ponencia presentada en la 52 Asamblea Mundial de la Salud- Organización Mundial de la Salud, el 18 de mayo de 1999 en Ginebra.

Sen, A. (2000). **Desarrollo y Libertad**. Barcelona: Editorial Planeta.

Smith, R. (2017). **Ciencia, Tecnología y Desarrollo Sustentable**. Material mimeográfico de la ponencia en Café Académico año 2017. Foro Universidad de Carabobo, Valencia, Venezuela.