

XIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVIII Jornadas de Investigación. XVII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. III Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. III Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2021.

# Comprensión de la salud y enfermedad desde un enfoque existencial.

Gonzalez, Ricardo.

Cita:

Gonzalez, Ricardo (2021). *Comprensión de la salud y enfermedad desde un enfoque existencial*. XIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVIII Jornadas de Investigación. XVII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. III Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. III Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-012/659>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/even/umK>

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.*

# COMPRENSIÓN DE LA SALUD Y ENFERMEDAD DESDE UN ENFOQUE EXISTENCIAL

Gonzalez, Ricardo  
Universidad de Buenos Aires. Buenos Aires, Argentina.

## RESUMEN

En el presente trabajo se aborda la salud y enfermedad son manifestaciones de la existencia y por ende surgen de la experiencia de la persona y su relación con el mundo. En este sentido, el hombre participa, con su capacidad de elección, en la construcción de un proyecto de vida orientado a la salud y la enfermedad. Por esto motivo, se prefiere hablar de estados para referirnos a la condición dinámica de ambas experiencias y, aunque opuestas, complementarias. La aproximación se da desde una mirada existencial propuesta por Heidegger, proponiendo que el ser humano hace parte del mundo y a la vez configurador de él. Este abordaje invita a la reflexión de los procesos que subyacen a las manifestaciones de bienestar y de enfermedad en el ser humano.

### Palabras clave

Existencial - Salud - Enfermedad

## ABSTRACT

### COMPREHENSION OF HEALTHY LIFESTYLE AND UNHEALTHY EXPERIENCE, AN EXISTENTIAL APPROACH

In this work, healthy lifestyle and unhealthy experience are the main topics. Both emerge because of the experience of the person and their relationship with the world. In this sense, human being participates, with their ability to choose, in the elaboration of a life project-oriented to healthy experience and disease. For this reason, both are dynamic states, although opposite, complementary. The approach is from an existential perspective proposed by Heidegger. The human being is part of the world and at the same time configurator of it. This approach invites us to reflect on the processes that underlie the manifestations of well-being and disease in the human being.

### Keywords

Existential - Healthy lifestyle and unhealthy experience

## INTRODUCCIÓN AL CONCEPTO DE SALUD Y ENFERMEDAD

En las primeras definiciones de salud propuestas por la OMS se puede rastrear la influencia de la óptica médica-asistencialista al entender la "salud como ausencia de enfermedad". Este abordaje ha influenciado en comprender la salud y enfermedad de manera independiente y sin aparente relación entre sí. Es hasta tiempo reciente que se inicia una aproximación entendiendo que el concepto de salud implica un estado de bienestar dentro del cual aparecen los atributos físicos, culturales, psicosociales, económicos y espirituales (Oblitas, 2004). De esta manera, es necesario hablar de salud y enfermedad como estados dinámicos en los cuales el ser humano fluctúa en todo momento.

Esta visión pendular integra la participación que ocupa la persona en la consecución de su bienestar. Así, la salud involucra un estado de armonía dentro del cual la persona ha podido autoafirmarse aceptando las limitantes del medio, pero, de forma simultánea, siendo creativo frente a las mismas. Se entiende lo anterior como el despliegue espontáneo del potencial personal para el desarrollo del ser, entonces, el estado de salud involucra tener en cuenta el contexto en el cual la persona se está desarrollando. Siguiendo esta misma línea, el estado de enfermedad se establece a partir de la desviación por parte de la persona de desplegar apropiadamente sus capacidades (Marks, Murray, Evans, Willig, Woodall y Sykes, 2008; De Castro, García y González, 2017). Las definiciones ofrecidas permiten entender que el estado de salud y enfermedad son formas particulares de existir y relacionarse con el mundo.

Dicho esto, Pelegrina (2006, p.306) comenta "si el ser humano vive prioritariamente en el ámbito del sentido - ya que este hace manifiesto lo que realmente le importa para realizar su vida- la relación intencional prioritaria respecto del mundo será entonces la afectividad, pues lo que a él le afecta es el sentido de las cosas". La persona se autoafirma ante las circunstancias desde una disposición afectiva particular, es esta misma disposición la que interfiere en la valoración otorgada a la experiencia. Es por esto por lo que el estado de salud y enfermedad necesitan comprenderse a partir de una dualidad inseparable que surge de la relación del ser humano con el mundo.

## EL CONCEPTO DE MUNDO

El ser humano presenta una paradoja, está arrojado al mundo perteneciendo a él sin poder evitarlo y también configura el mundo. Esta dualidad nos permite entender que el desarro-

llo de la persona es una relación con el mundo. Mundo es la construcción de relaciones valorativas y de sentido donde vive la persona y en cuya configuración toma parte. Van Deurzen (2012), a partir de los postulados que expone Heidegger, comprender la persona en su relación de ser-en-el-mundo: el mundo de los impulsos biológicos, del destino y del determinismo (el Umwelt), el de la responsabilidad para con sus semejantes (Mitwelt), y el mundo en que el individuo puede darse cuenta del destino con que solo él se debate en ese momento (Eigenwelt) (May, 1977, p.91).

### DIMENSIÓN FÍSICA (UMWELT)

La dimensión física integra el mundo de los instintos y cómo el ser humano se relaciona con ellos. La experiencia se da y configura a partir del cuerpo. Mediante este vivimos, caminamos y nos proyectamos al siguiente movimiento, es decir, en nuestro cuerpo ya previamente hay una disposición hacia lo que vamos a realizar. Por el contrario, dividir o fragmentar la percepción sería reducir únicamente la experiencia a procesos, dejando a un lado la experiencia del cuerpo ante el ambiente. La percepción se presenta ante un cuerpo. Por ejemplo, Ricoeur (2019) hace una distinción entre el dolor y el sufrimiento. El primero centra la discusión en el sentir orgánico; mientras que el segundo expone el sentir en relación conmigo, con el otro. el sentir cuerpo condiciona y afecta mi sentir en otras dimensiones lo cual, de manera irremediable me lleva a sentir sufrimiento. En este sentido, El cuerpo está relacionándose con la realidad, en consecuencia, el cuerpo es la representación de nuestra realidad. Atender al cuerpo es experimentar la realidad

### DIMENSIÓN INTERPERSONAL (MITWELT)

Es en la relación con el otro como podemos confirmar que existimos y en consecuencia que estamos *siendo*. Dicho esto, es a través del lenguaje y sus símbolos como el ser humano no sólo se ubica en una dimensión afectiva y temporal, a su vez es la vía utilizada para conectarse con los otros. De esta manera, a través del lenguaje es posible que las personas se acerquen afectivamente al otro superando la distancia física, esta cercanía con el par brinda sensación de unidad e identidad. Por lo anterior, se hace importante para las personas la construcción de identidad dentro de un colectivo, el cual le proporciona la sensación de que pertenece y hace parte del mundo.

### DIMENSIÓN PERSONAL (EIGENWELT)

El mundo personal está compuesto o integrado por el mundo biológico y social, lo cual nos brinda una concepción de hombre responsable de la construcción de sí y por ende dinámico en su desarrollo. Esta idea sugiere un individuo con una estructura psicológica construida a partir de la relación de su experiencias previas y herencia genética, dentro de un contexto establecido el cual actuara como marco de referencia para su desarrollo. Bajo este marco, la dimensión persona implica llevar la mirada

al interior y, mediante este dialogo interno, captar las acciones que ejerce el ser humano y de qué manera estas le transforman. Epicuro citado por Foucault (2014) llama a esto como “*ocuparse*” para referirse a la atención y cuidado que la persona debe otorgarse a sí. Frente a las afecciones el mismo Epicuro expone “*Hay que curar las desdichas mediante el recuerdo que reconoce lo que se ha perdido, y mediante la conciencia de lo que no es posible que se cumpla lo que ha sucedido*” pp.260-26. Rovalletti (2015, 2013, 2002a, 2002b) complementa lo anterior manifestando que una perspectiva de cuidado refiere las acciones que ejerce la persona para lograr desarrollar apropiadamente su potencial.

### CONCLUSIÓN

Abordar la salud y enfermedad como emergentes de la relación del ser humano como el mundo, y no desde características ajenas al proceso experiencial, abre la puerta a comprender no solo los significados que subyacen a los estilos de vida saludables o de enfermedad, también a las implicaciones personales en el sostenimiento de ambos estados. La persona es responsable ineludiblemente del proyecto de vida que crea dentro del contexto al que ha sido arrojado, por lo que siempre existirá la posibilidad de afirmar un estado de salud dentro de una experiencia de enfermedad. El entendimiento de esta dualidad ineludible brinda la esperanza de que siempre en algún grado la persona tiene la capacidad de generar posibilidades que le permitan obtener sensaciones de bienestar sin que esto implique que evita, bloquea o niega su experiencia de malestar. Aprende, como señalamos en párrafos anteriores, a relacionarse y proyectarse armoniosamente con las posibilidades y limitantes que en el presente tiene.

### BIBLIOGRAFÍA

- De Castro, A., García, G., y Gonzalez, R. (2017) *Psicología clínica: Fundamentos existenciales*. Ediciones Uninorte
- Foucault, M. (2014). *La hermenéutica del sujeto: curso en el college de france (1981-1982)*. Fondo de cultura económica. Ciudad Autónoma de Buenos Aires.
- Marks, D., Murray, M., Evans, B., Willig, C., Woodall, C. & Sykes, C. (2008) *Psicología De La Salud: Teoría, Investigación Y Práctica*. Manual Moderno.
- May, R. (1977). Análisis y significado del movimiento existencial en psicología; y Contribuciones de la psicoterapia existencial. En R. May, E. Angel & H.F.
- Oblitas, L. (2004). *Psicología de la salud y calidad de vida*. México: Thompson.
- Pelegrina (2006). *Fundamentos antropológicos de la psicopatología*. Editorial: POLIFEMO ISBN: 9788486547899.
- Ricoeur, P. (2019). El sufrimiento no es el dolor. *ISEGORÍA. Revista de Filosofía Moral y Política*. 60, pp 93-102, ISSN: 1130-2097 <https://doi.org/10.3989/isegoria.2019.060.06>

- Rovaletti, M.L. (2015). Alcance y Significación de la Psico(Pato)logía fenomenológica. *Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies*, XXI(2), 116-123. [fecha de Consulta 6 de Julio de 2021]. ISSN: 1809-6867. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=357746389002>
- Rovaletti, M.L. (2013). Describir, comprender, narrar. Recorridos y senderos de una psico(pato)logía fenomenológica. *Revista Chilena de Neuropsiquiatría*, 51(4), 279-286. [fecha de Consulta 6 de Julio de 2021]. ISSN: 0034-7388. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=331530949007>
- Rovaletti, M.L. (2002a). La enfermedad como formalidad de la vida. Del ensimismamiento a la alteración. *Revista Latinoamericana de Psicopatología Fundamental*, V(3), 109-123. [fecha de Consulta 6 de Julio de 2021]. ISSN: 1415-4714. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=233018116007>
- Rovaletti, M.L. (2002b). La ambigüedad de la muerte: Reflexiones en torno a la muerte contemporánea. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, XXXI(2), 91-108. [fecha de Consulta 6 de Julio de 2021]. ISSN: 0034-7450. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80631204>
- Van Deurzen, E. (2012). El bienestar emocional y la salud son cuestiones existenciales: aporte de la psicología existencial a la psicoterapia y la salud mental. *Revista Peruana de Logoterapia Clínica y enfoques afines*. Vol 1(1).